

# TUTOPRÉV'

## PÉDAGOGIE



## TRAVAIL DE BUREAU

### **L'Institut national de recherche et de sécurité (INRS)**

pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles est une association loi 1901, créée en 1947 sous l'égide de la Caisse nationale d'assurance maladie, administrée par un Conseil paritaire (employeurs et salariés).

De l'acquisition de connaissances jusqu'à leur diffusion, en passant par leur transformation en solutions pratiques, l'Institut met à profit ses ressources pluridisciplinaires pour diffuser une culture de prévention dans les entreprises et proposer des outils adaptés à la diversité des risques professionnels à tous ceux qui, en entreprise, sont chargés de la prévention : chef d'entreprise, services de prévention et de santé au travail, instances représentatives du personnel, salariés...

Toutes les publications de l'INRS sont disponibles en téléchargement sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

**Les caisses d'assurance retraite et de la santé au travail (Carsat), la caisse régionale d'assurance maladie d'Île-de-France (Cramif) et les caisses générales de sécurité sociale (CGSS) de l'Assurance maladie - Risques professionnels**, disposent, pour participer à la diminution des risques professionnels dans leur région, d'un service Prévention composé notamment d'ingénieurs-conseils et de contrôleurs de sécurité. Spécifiquement formés aux disciplines de la prévention des risques professionnels et s'appuyant sur l'expérience quotidienne de l'entreprise, ces professionnels sont en mesure de conseiller et, sous certaines conditions, de soutenir les acteurs de l'entreprise (direction, médecin du travail, instances représentatives du personnel, etc.) dans la mise en œuvre des démarches et outils de prévention les mieux adaptés à chaque situation. Les caisses assurent aussi la diffusion des publications éditées par l'INRS auprès des entreprises.

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'INRS, de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction, par un art ou un procédé quelconque (article L. 122-4 du code de la propriété intellectuelle). La violation des droits d'auteur constitue une contrefaçon punie d'un emprisonnement de trois ans et d'une amende de 300 000 euros (article L. 335-2 et suivants du code de la propriété intellectuelle).

© INRS, 2024.

Édition : Katia Bourdelet (INRS)

Conception graphique : Incisif

Mise en pages : Valérie Latchague Causse

Photos de couverture : C. Almodovar/INRS/2022 - F. Dimier/INRS/2018 - P. Castano/INRS/2020

Illustrations : Jean-André Deledda

# TutoPrév' Pédagogie **TRAVAIL DE BUREAU**

Brochure INRS élaborée par M. Bridot, A. Fatmi,  
J. Hachet, L. Kerangueven, P. Laine, O. Macaire, A.S. Valladeau

# SOMMAIRE

<b>Introduction</b>	<b>4</b>
• Qu'est-ce que « TutoPrév' » ?	4
• Finalité de « TutoPrév' Pédagogie »	4
• Objectifs de « TutoPrév' Pédagogie »	5
• Enjeux pour l'entreprise	5
<b>Utilisation de « TutoPrév' Pédagogie »</b>	<b>6</b>
• Contenu de « TutoPrév' Pédagogie »	6
• Préconisations d'utilisation de « TutoPrév' Pédagogie » tout au long du cycle de formation	6
<b>Rappels méthodologiques</b>	<b>7</b>
• Approche par les risques	7
• Définitions des termes utilisés	8
• Exemples d'application	9
– Cas d'une atteinte à la santé à effet immédiat (accident) : chute de plain-pied	9
– Cas d'une atteinte à la santé à effet immédiat (accident) : coupure avec un cutter	10
– Cas d'une atteinte à la santé à effet différé (maladie) : troubles musculosquelettiques	11
– Cas d'une atteinte à la santé à effet différé (maladie) : trouble anxio-dépressif	12
• Mesures de prévention	13
<b>Synthèse réglementaire sur les travaux interdits et réglementés pour les jeunes au travail et en formation professionnelle</b>	<b>14</b>

## Les fiches familles de risques

15

- Risques de chute de plain-pied 16
- Risques de chute de hauteur 19
- Risques liés à la charge physique de travail 22
- Risques liés au travail sur écran 25
- Risques psychosociaux (RPS) 28
- Risques liés aux ambiances lumineuses 31
- Risques et nuisances liés au bruit 33
- Risques liés aux ambiances thermiques 35
- Risques liés aux circulations internes de véhicules 37
- Risques routiers en mission 40
- Risques liés aux produits, aux émissions et aux déchets dangereux (risques chimiques) 43
- Risques liés aux agents biologiques 46
- Risques liés aux chutes d'objets 48
- Risques d'incendie, d'explosion 50
- Risques liés aux équipements de travail 52
- Risques liés à l'électricité 55

## Supports d'observation

57

- Questionnaire entreprise 59
- Questionnaire « Chutes (hauteur, plain-pied et chute d'objets), circulation interne, collisions et risques routiers » 60
- Questionnaire « Charge physique de travail » 61
- Questionnaire « Travail sur écran » 62
- Questionnaire « Équipements de travail et électricité » 63
- Questionnaire « Risques psychosociaux » 64
- Questionnaire « Ambiances physiques de travail » 66
- Questionnaire « Agents chimiques et biologiques, déchets, incendie et explosion » 68
- Analyse d'une situation à risque et propositions de mesures de prévention 70

## Introduction

### Qu'est-ce que « TutoPrév' » ?

Ce document présente les risques professionnels et les moyens de prévention caractéristiques des activités de bureau, ce qui englobe des activités variées et des secteurs divers (administration, banque, assurance, informatique, juridique, comptable, sièges sociaux, sociétés de conseils et de services, bureaux d'études, architectes, services administratifs...).

La démarche « TutoPrév' » vise à s'assurer que les nouveaux arrivants en entreprise (jeune en stage ou apprentissage, intérimaire, nouvel embauché de tout âge...) sont capables d'observer une situation de travail, de repérer les dangers et les risques qui y sont liés et de proposer des mesures de prévention adaptées à ces risques. Cette démarche peut s'inscrire dans le cadre d'actions de formation à la santé et à la sécurité au travail en entreprise ou dans celui des enseignements professionnels préparant à des diplômes. Les nouveaux arrivants doivent connaître les principaux risques existants à leur poste de travail ainsi que les mesures de prévention qui permettent de se protéger face à ces derniers.

Deux outils complémentaires ont été développés pour mettre en œuvre la démarche :

- **« TutoPrév' Accueil »** outille la personne chargée de l'accueil des nouveaux arrivants en entreprise (tuteur, chargé de prévention...), en favorisant un dialogue autour des risques professionnels, ce qui permet de s'assurer que les nouveaux embauchés sont capables de repérer les risques liés à leurs secteurs d'activité et de proposer des mesures de prévention pertinentes. « TutoPrév' Accueil » permet également de vérifier, au travers d'exercices, les connaissances en matière de santé et de sécurité au travail lors d'actions de formation.
- **« TutoPrév' Pédagogie »** outille l'enseignant de lycée professionnel ou le formateur de centre de formation d'apprentis (CFA) afin de former les futurs professionnels au repérage des risques professionnels de leurs secteurs d'activité et à la mise en place de mesures de prévention. C'est une démarche de formation à la maîtrise des risques professionnels basée sur l'observation et l'analyse de situations réelles de travail en entreprise.

La collection TutoPrév' a été développée par l'INRS/Assurance maladie - Risques professionnels. Sa mise en œuvre implique l'engagement des deux acteurs suivants :

- **les établissements de formation initiale** (lycée, CFA...) qui enseignent les bases en prévention des risques professionnels aux élèves<sup>1</sup>,
- **les entreprises qui accueillent les élèves** et leur permettent ainsi d'accéder à des situations de travail réelles afin de repérer les dangers associés.

### Finalité de « TutoPrév' Pédagogie »

L'objectif de cette ressource pédagogique est de favoriser l'intégration de la prévention des risques professionnels dans la formation professionnelle initiale, en proposant une démarche et des outils.

1. Dans tout le document, le terme « élève » désigne tout apprenant : lycéens, apprentis...



© C. Almodovar/INRS/2022

## Objectifs de « TutoPrév' Pédagogie »

### 1 Pour les élèves

- › Mettre en application dans des situations professionnelles les enseignements en santé sécurité au travail (repérer les dangers dans une situation de travail réelle et les analyser à des fins de prévention).

*Voir partie « Supports d'observation ».*

### 2 Pour l'enseignant en PSE (prévention santé environnement)

- › Enrichir ses enseignements par des cas concrets issus du monde de l'entreprise (récits d'accidents du travail et exemples de situations pouvant entraîner des maladies professionnelles).

*Voir partie « Fiches familles de risques ».*

### 3 Pour l'enseignant en EP (enseignement professionnel)

- › Sensibiliser les élèves au repérage et à l'analyse des situations à risque dans les lieux d'enseignement professionnel (ateliers, laboratoires, espaces pédagogiques...) du lycée ou du CFA.

*Voir partie « Supports d'observation ».*

- › Préparer les élèves aux périodes de formation en entreprise.

- › S'appuyer sur des éléments objectifs pour délivrer l'autorisation à travailler sur des machines dangereuses dans l'établissement de formation pour les jeunes mineurs.

### 4 Pour le tuteur/maître d'apprentissage/maître de stage

- › Accompagner l'élève dans le travail de repérage et d'analyse des situations de travail à risque retenues.

*Voir partie « Supports d'observation ».*

## Enjeux pour l'entreprise

Les nouveaux embauchés présentent une sinistralité plus forte que les autres salariés<sup>2</sup> au niveau des accidents du travail (AT). Près de 50 % des accidents du travail survenus chez les moins de 30 ans ont eu lieu lors de leur première année d'embauche<sup>3</sup>.

Par ailleurs, en 2019, les salariés de moins de 20 ans – dont la moitié sont des apprentis – sont victimes de 40,1 accidents du travail par million d'heures rémunérées, contre 20,4 pour l'ensemble des travailleurs<sup>4</sup>. Les conséquences sur les plans humain, organisationnel et financier sont importantes. Ces AT peuvent entraîner des coûts directs (augmentation des cotisations payées par l'employeur et pertes de production). Ils peuvent aussi générer des coûts indirects (remplacements par des personnes à former au poste, baisse éventuelle de qualité dans le travail, image dégradée de l'entreprise...). La manutention manuelle est à l'origine de la moitié des accidents du travail et les chutes (de hauteur ou de plain-pied) représentent plus du quart de ces accidents<sup>5</sup>.

L'utilisation de « TutoPrév' Pédagogie » ne se substitue pas à l'évaluation des risques de l'entreprise d'accueil, qui est de la responsabilité du chef d'entreprise. En revanche, le travail effectué par l'élève peut y apporter une contribution intéressante.

Dans le cadre de cette démarche, les documents renseignés par l'élève sont uniquement destinés à l'entreprise et aux enseignants.

2. Source : Hygiène et sécurité du travail, INRS, n° 252, 2018, NT 67, p. 80-89

3. Source : Accidents du travail en fonction de l'âge de la victime et de son ancienneté dans l'entreprise (année 2017), Cnam, 2019

4. Source : Dares Analyses, n°53, 2022

5. Source : l'essentiel 2019. Santé et sécurité au travail, Cnam, 2020

## Utilisation de « TutoPrév' Pédagogie »

### Contenu de « TutoPrév' Pédagogie »

La brochure TutoPrév' Pédagogie est composée de deux parties :

- les **ressources pédagogiques** destinées aux enseignants comprenant des rappels méthodologiques (modèle d'apparition d'un dommage, définitions et principes de prévention...) et les **fiches « familles de risques »** reprenant les principaux risques du secteur d'activité.
- Les **supports d'observation** permettant à l'élève de recenser les principaux dangers d'une situation de travail à laquelle il a participé ou qu'il a observée. À la demande de l'enseignant, l'élève peut analyser une ou plusieurs situations et proposer des mesures de prévention adaptées.

### Préconisations d'utilisation de « TutoPrév' Pédagogie » tout au long du cycle de formation

La brochure « TutoPrév' Pédagogie » peut être partagée par l'élève, les équipes pédagogiques de l'établissement de formation et le tuteur/maître d'apprentissage en entreprise. Elle peut servir de support à des projets pluridisciplinaires, impliquant les enseignants des matières professionnelles et les équipes d'enseignement général (français ou sciences physiques...), tout particulièrement ceux en prévention santé environnement (PSE).

Il est souhaitable qu'une progression soit suivie, amenant les élèves à réaliser en fin de cursus une analyse complète d'une ou de plusieurs situations de travail en entreprise. Cette analyse peut aussi être réalisée dans l'atelier du lycée ou du CFA.

Deux approches méthodologiques sont possibles :

- **approche par les risques** : repérer les dangers en lien avec un risque, approfondir les connaissances (figurant sur les fiches et avec les enseignants de PSE/sciences physiques), puis déterminer des mesures de prévention permettant de réduire ces risques, en s'appuyant sur les principes généraux de prévention (L. 4121-2 du Code du travail). Pour réaliser ce travail de repérage, il est possible de s'appuyer sur différentes modélisations (voir chapitre « Rappels méthodologiques »).
- **Approche par l'observation de la situation de travail** : on peut aussi envisager une approche où l'enseignant se centre sur une situation de travail, demande dans un premier temps à l'élève de repérer les dangers, puis explique les phénomènes physiques qui y sont liés, dans un deuxième temps. Cette approche peut donner lieu à l'élaboration d'un récit d'accident potentiel à partir de cette observation/repérage. Dans un troisième temps, l'enseignant peut demander à l'élève de proposer des mesures de prévention adaptées à ces risques.

De la même façon, plusieurs modélisations peuvent être utilisées pour effectuer cette analyse (voir partie « Rappels méthodologiques » ci-après).

Toute cette démarche peut s'appliquer à des situations de travail vues en établissement (simulées ou à l'atelier) et/ou en entreprise (situations réelles).

Dans l'entreprise, les élèves pourront choisir avec l'accord de leur tuteur/maître d'apprentissage une situation de travail et en effectuer l'analyse complète.

Ces travaux peuvent être intégrés au rapport de stage en entreprise et être présentés lors de la soutenance orale.

## Rappels méthodologiques

### Approche par les risques

L'employeur a la responsabilité d'assurer la sécurité et de préserver la santé de ses salariés en maîtrisant les risques professionnels auxquels ils sont confrontés. Tous les acteurs de l'entreprise (du chef d'entreprise au stagiaire) ont un rôle à jouer en ce sens, chacun à son niveau. Ils s'appuient sur une démarche de prévention des risques professionnels initiée par le chef d'entreprise, dont un des éléments clés est l'analyse des risques. Celle-ci consiste à identifier les dangers au sein des situations de travail, les situations dangereuses et les facteurs déclenchants qui peuvent être à l'origine d'une atteinte à la santé du salarié.

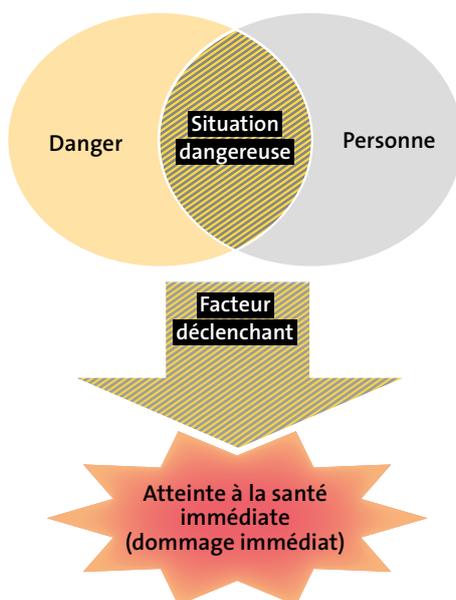
L'objectif final de cette analyse est de définir et mettre en œuvre les mesures de prévention adaptées aux dangers et situations dangereuses identifiées, afin de supprimer ou réduire les risques d'accident ou d'atteinte à la santé (inspirées des neuf principes généraux de prévention : <https://www.inrs.fr/demarche/principes-generaux>).

Dans cette approche, il convient de mettre en évidence les éléments concourant à une atteinte à la santé : danger, personne, situation dangereuse, facteur déclenchant ou exposition. Pour cela, il est possible notamment de s'appuyer sur le modèle ou le processus d'apparition du dommage (MAD ou PAD) ou toute autre représentation permettant de mettre en évidence ces éléments. Il est aussi possible d'utiliser une représentation sous forme de tableau. Ces diverses représentations permettent, d'un point de vue pédagogique, de faciliter l'identification et l'analyse des risques par les élèves et la recherche de mesures de prévention adaptées. Ces étapes sont essentielles dans toute démarche de prévention.

Plusieurs exemples sont proposés pour illustrer l'utilisation de ces représentations dans deux cas distincts :

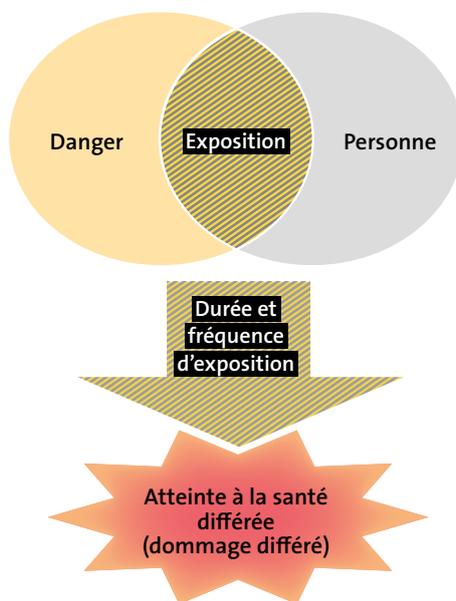
- L'atteinte à la santé à effet immédiat : l'accident. Dans les deux exemples ci-après, les atteintes à la santé (dommages) sont consécutives à une chute dans un cas, et à une coupure, dans l'autre. Elles sont décrites sous forme de deux représentations (schéma et tableau).

#### Représentation dans le cas d'une atteinte à la santé immédiate (accident)



- L'atteinte à la santé à effet différé : la maladie. Dans les deux exemples ci-après, l'atteinte à la santé est consécutive à un risque lié à la charge physique de travail dans un cas, et à une situation de risques psychosociaux (RPS), dans le second. Les deux exemples sont représentés sous forme de deux représentations (schéma et tableau).

### Représentation dans le cas d'une atteinte à la santé différée (maladie)



Les enseignants peuvent s'appuyer sur ces modèles de représentation ou de schématisation du processus, ou proposer les leurs. L'essentiel est d'intégrer dans la représentation choisie les principales notions et définitions relatives à l'approche par les risques.

### Définitions des termes utilisés

Dans le cadre du travail, toute personne peut être exposée à un **danger**, elle se trouve alors dans une **situation dangereuse**. Il suffit alors qu'un événement survienne ou que l'exposition au danger se prolonge dans le temps ou se renouvelle pour qu'elle subisse une **atteinte à la santé (dommage lié à un accident ou à une exposition prolongée)**.

- Le **danger** est la propriété intrinsèque d'un équipement, d'un produit, ou d'un agent, d'une source d'énergie, mais également d'une situation de travail, d'une organisation de travail, d'un environnement de travail ou d'événements susceptibles de causer une atteinte à la santé mentale ou physique du salarié.
- Le **risque** correspond au fait d'être exposé à un danger, cette exposition pouvant mener à une atteinte à la santé. Les **risques professionnels** résultent de l'exposition des travailleurs, du fait de l'activité professionnelle, à un danger lié à des nuisances, à une organisation de travail, à une situation de travail, à un environnement de travail ou à des événements pouvant porter atteinte à leur santé physique et mentale. L'exposition peut être ponctuelle ou prolongée, les effets sur la santé peuvent être immédiats ou différés (accident ou maladie), les causes uniques ou multifactorielles.
- La **situation dangereuse** a lieu quand une personne est exposée à un ou plusieurs dangers. Cette situation dangereuse peut être atténuée ou aggravée par des déterminants d'ordre technique (état du matériel...), organisationnel (cadence...), environnemental (température, éclairage...) et liés à l'expérience des salariés, leur formation...

- Dans le cas des risques psychosociaux (RPS), des pratiques addictives, des risques liés à la charge physique de travail et au travail sur écran, le danger potentiel est dénommé « **facteur de risque** » et la situation dangereuse est dénommée « **situation à risque** ».
- Le **facteur déclenchant** (FD) (appelé aussi **événement déclenchant** ou **événement dangereux**) est l'événement soudain qui entraîne une atteinte à la santé immédiate ou différée. Dans le cas des atteintes à la santé différées, la **durée** et la **fréquence d'exposition** sont des variables à analyser.
- L'**atteinte à la santé** (lésion, pathologie physique ou psychique...) peut être qualifiée en accident du travail ou en maladie professionnelle dans le cadre du travail.

Dans les fiches « familles de risques » ci-après, les facteurs déclenchants, événements dangereux et conditions d'exposition sont regroupés sous l'appellation « événements dangereux ».

## Exemples d'application

### Cas d'une atteinte à la santé à effet immédiat (accident) : chute de plain-pied

– **Récit d'accident** : ce jour-là, au retour de la pause déjeuner, de fortes averses obligent les salariés à rejoindre le hall d'accueil de l'entreprise d'un pas rapide. Le hall d'entrée est grand et comporte un sol en marbre, dès les portes coulissantes d'entrée. Les parapluies utilisés par certains salariés s'égouttent au sol. Un assistant administratif se presse pour prendre son poste. Avant de rejoindre son bureau, il va chercher le courrier arrivé à l'accueil pour son service. C'est alors qu'il glisse dans une flaque d'eau à proximité du comptoir d'accueil. Il a les bras chargés de courrier et ne peut se retenir. Il est victime d'une entorse à la cheville et d'un déplacement du bassin. Résultat : 2 mois d'arrêt de travail.

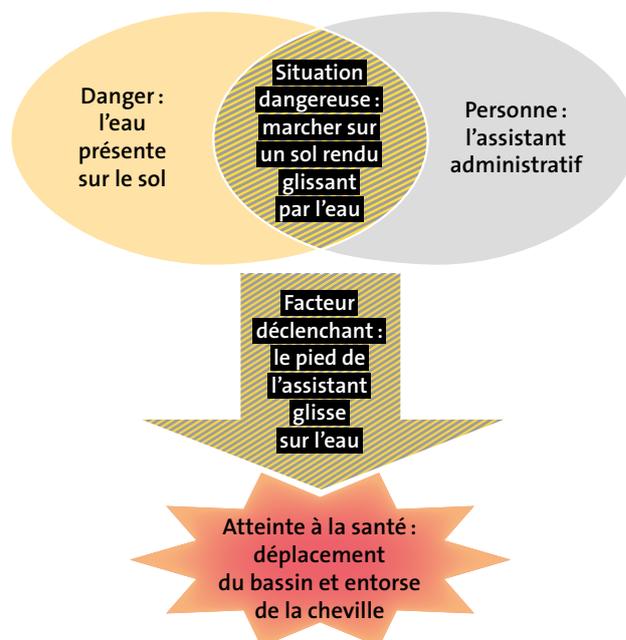
– **Nature du risque** : risques de chute de plain-pied.

– **Danger** : l'eau présente sur le sol.

– **Situation dangereuse** : l'assistant administratif marche sur un sol rendu glissant par l'eau.

– **Facteur déclenchant** : le pied de l'assistant glisse sur l'eau.

– **Atteinte à la santé** : déplacement du bassin et entorse de la cheville.



– Représentation sous forme de tableau :

Nature du risque	Danger	Situation dangereuse	Facteur déclenchant	Atteinte à la santé
Risques de chute de plain-pied	L'eau présente sur le sol	Marcher sur un sol rendu glissant par l'eau	Le pied de l'assistant glisse sur l'eau	Déplacement du bassin et entorse de la cheville

## Cas d'une atteinte à la santé à effet immédiat (accident) : coupure avec un cutter

– **Récit d'accident** : une assistante commerciale est chargée de réceptionner des cartons contenant les nouveaux catalogues de son entreprise. Elle doit déballer les cartons, puis mettre les catalogues dans des enveloppes qui ont été préparées pour un envoi en nombre à des prospects. En ouvrant un carton avec un cutter, l'outil dérape et elle s'entaille le poignet gauche. Elle saigne abondamment. Un de ses collègues, sauveteur secouriste du travail, lui fait un point de compression et appelle les secours.

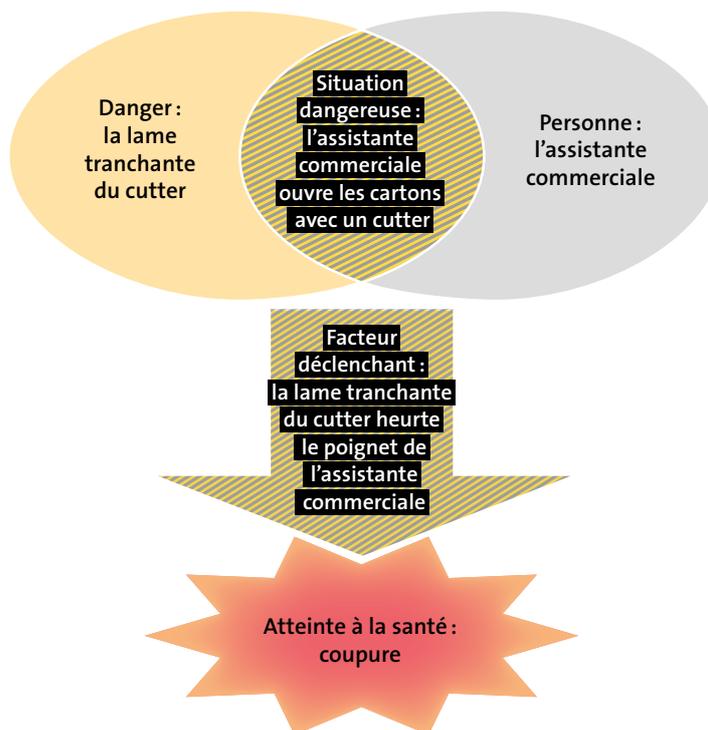
– **Nature du risque** : risques liés aux équipements de travail.

– **Danger** : la lame tranchante du cutter.

– **Situation dangereuse** : l'assistante commerciale ouvre les cartons avec un cutter.

– **Facteur déclenchant** : la lame tranchante du cutter heurte le poignet de l'assistante commerciale.

– **Atteinte à la santé** : coupure.



– Représentation sous forme de tableau :

Nature du risque	Danger	Situation dangereuse	Facteur déclenchant	Atteinte à la santé
Risques liés aux équipements de travail	La lame tranchante du cutter	l'assistante commerciale ouvre les cartons avec un cutter	La lame tranchante du cutter heurte le poignet de l'assistante commerciale	Coupure

## Cas d'une atteinte à la santé à effet différé (maladie) : troubles musculosquelettiques

– **Récit d'atteinte à la santé** : dans une entreprise de services financiers, le traitement de l'affacturage est réalisé par une petite équipe de trois assistantes administratives. Une des assistantes travaille à ce poste depuis 12 ans dans ce même service et saisit plus d'une centaine de comptes par jour. À force de saisir des chiffres à l'aide du clavier, le poignet continuellement en appui sur le plan de travail, l'assistante expérimentée ressent de plus en plus une douleur au poignet. Depuis plusieurs semaines, cette douleur l'empêche de dormir la nuit et elle décide de consulter son médecin traitant qui diagnostique une inflammation du canal carpien. Ce dernier lui conseille une intervention chirurgicale qui entraînera un arrêt de plusieurs semaines.

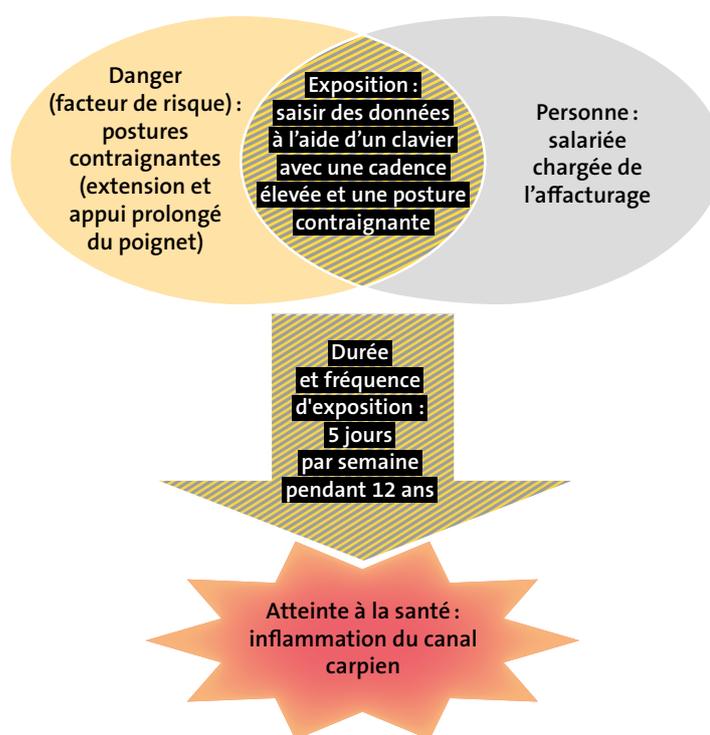
– **Nature du risque** : risques liés à la charge physique de travail.

– **Danger (facteur de risque)** : postures contraignantes (extension et appui prolongé du poignet).

– **Exposition** : saisir des données à l'aide d'un clavier avec une cadence élevée et une posture contraignante.

– **Durée et fréquence d'exposition** : 5 jours par semaine pendant 12 ans.

– **Atteinte à la santé** : inflammation du canal carpien (troubles musculosquelettiques).



– Représentation sous forme de tableau :

Nature du risque	Danger (facteur de risque)	Exposition	Durée et fréquence d'exposition	Atteinte à la santé
Risques liés à la charge physique de travail	Postures contraignantes (extension et appui prolongé du poignet)	Saisir des données à l'aide d'un clavier avec une cadence élevée et une posture contraignante	5 jours par semaine pendant 12 ans	Inflammation du canal carpien

## Cas d'une atteinte à la santé à effet différé (maladie) : trouble anxio-dépressif

– **Récit d'atteinte à la santé** : dans un secteur très concurrentiel, une entreprise de services de systèmes d'information traverse des difficultés économiques. Toutes les équipes sont sous pression, salariés comme managers. L'unité « service commercial » qui regroupe des commerciaux est managée par un responsable commercial expérimenté. Récemment nommé à ce poste, il a pour objectif d'optimiser les démarches de prospection. Il doit fédérer son équipe pour améliorer et rentabiliser le service. Il subit une pression importante de son directeur commercial qui exige des résultats immédiats sans avoir aucune latitude d'action de changement d'organisation. Il se trouve dans une situation délicate où il doit motiver ses équipes sans pouvoir toucher à l'organisation courante. Il cumule les retards et ne sait plus comment s'en sortir. Son état de santé se dégrade, il dort mal, il mange peu et il est obligé de s'arrêter fréquemment pour de courtes durées pensant récupérer. Un matin où il a un rendez-vous important avec son supérieur, il ne parvient pas à se présenter au travail. Il consulte un médecin qui constate un trouble anxio-dépressif et prescrit un arrêt maladie.

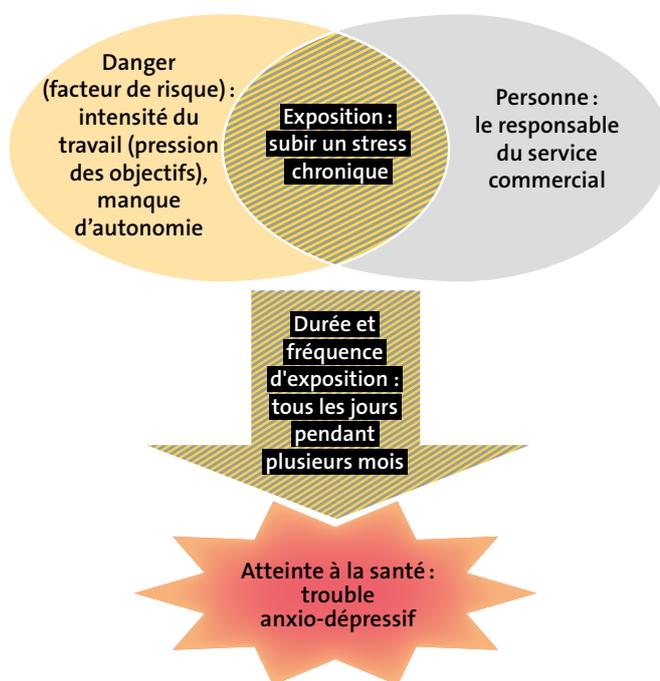
– **Nature du risque** : risques psychosociaux.

– **Danger (facteur de risque)** : intensité du travail (pression des objectifs), manque d'autonomie.

– **Exposition** : subir un stress chronique.

– **Durée et fréquence d'exposition** : tous les jours pendant plusieurs mois.

– **Atteinte à la santé** : trouble anxio-dépressif.



– Représentation sous forme de tableau :

Nature du risque	Danger	Exposition	Durée et fréquence d'exposition	Atteinte à la santé
Risques psychosociaux	Intensité du travail (pression des objectifs), manque d'autonomie	Subir un stress chronique	Tous les jours pendant plusieurs mois	Trouble anxio-dépressif

Une fois que le processus d'analyse du risque est effectué, la réflexion doit permettre aux élèves de proposer des mesures de prévention adaptées à la situation.

## Mesures de prévention

Il existe différents types de mesures de prévention à hiérarchiser suivant leurs portées (efficacité et stabilité). Une mesure qui élimine le danger de manière définitive est à privilégier par rapport à celle qui protège de manière ponctuelle le salarié.

De la même manière, une mesure de prévention qui protège l'ensemble des salariés (protection collective) est à privilégier par rapport à une mesure de protection individuelle.

Ces approches de prévention s'appuient sur les neuf principes généraux de prévention définis dans le Code du travail. Elles visent à prioriser le choix des mesures de prévention.

On peut distinguer les mesures de prévention et de protection selon plusieurs catégories :

- mesures de prévention visant à supprimer le danger (et donc le risque) ou à réduire l'exposition à ce danger (intensité et durée d'exposition),
- mesures de protection collective permettant de protéger l'ensemble des salariés exposés à un risque. La protection collective vise à limiter ou éviter l'exposition au danger des salariés,
- mesures de protection individuelle permettant de protéger les salariés exposés aux risques résiduels suite à la mise en place des mesures précédentes. La protection individuelle n'est envisagée qu'en complément des mesures précédentes d'élimination ou de réduction des risques,
- mesures complémentaires permettant d'informer et de former les salariés sur la prévention des risques.

Le tableau suivant présente des exemples des quatre types de mesures.

Nature du risque	Mesures de prévention par suppression du danger ou par réduction de l'exposition au danger	Mesures de protection collective	Mesures de protection individuelle	Mesures complémentaires
Bruit	Acheter des équipements silencieux.	Mettre en place des panneaux isolants du bruit.	Porter des protections individuelles contre le bruit (PICB).	Informer sur le risque et former au port des PICB.
Charge physique de travail	Organiser le travail pour réduire les actions de manutention.	Mettre à disposition des moyens de manutention adaptés (diable, chariot).		Former les salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique (Prap).
Chute de plain-pied	Poser des revêtements de sol antidérapants et faciles à nettoyer. Supprimer les câbles au sol.	Éclairer les zones sombres. Protéger les câbles au sol avec des goulottes.	Porter des chaussures à semelles antidérapantes.	Signaler les zones dangereuses (panneau, rubalise...).

# Synthèse réglementaire sur les travaux interdits et réglementés pour les jeunes au travail et en formation professionnelle

Les jeunes travailleurs de moins de 18 ans constituent une catégorie particulière de salariés. En raison de leur inexpérience en milieu professionnel, des dispositions spécifiques sont prévues par la réglementation afin de mieux préserver leur santé et leur sécurité. Certains travaux particulièrement dangereux leur sont notamment interdits.

Pour en savoir plus, le dossier « Jeunes travailleurs » est à consulter sur le site de l'INRS : <http://www.inrs.fr/demarche/jeunes-travailleurs>

# Les fiches familles de risques



© P. Delapierre/INRS/2021



© F. Dimier/INRS/2018



© C. Almodovar/INRS/2017

Les principaux risques professionnels liés au travail de bureau sont regroupés par famille de risques et présentés dans les fiches qui suivent. Chaque fiche définit les dangers, les situations dangereuses, les événements dangereux et les atteintes à la santé qui peuvent en découler, puis donne des exemples de mesures de prévention. Ces exemples s'appuient sur des situations professionnelles spécifiques représentatives des activités de bureau, permettant une exploitation directe de ce support.

Les fiches constituent des ressources pédagogiques qui peuvent être consultées par les élèves, les équipes enseignantes, les tuteurs et les maîtres d'apprentissage. Chacun pourra s'y référer à tout moment pour y trouver des compléments d'information sur les principaux risques liés au travail de bureau.

Bien que non exhaustives, ces fiches présentent les principaux risques du secteur, y compris ceux auxquels les élèves et les nouveaux embauchés ne pensent pas toujours. Les informations qui figurent dans les fiches sont génériques et nécessitent d'être contextualisées et adaptées à chaque situation spécifique rencontrée sur le terrain.

Les **chutes** et les **manutentions manuelles** (port de charges, efforts physiques...) constituent les principales causes d'accidents. Les **troubles musculosquelettiques** (ou TMS) et les **lombalgies** représentent, quant à eux, la très grande majorité des maladies professionnelles recensées. L'activité elle-même ou l'organisation du travail peut induire des risques psychosociaux (stress chronique, violences internes ou externes) susceptibles d'impacter la santé physique et mentale des salariés.

D'autres risques peuvent être envisagés selon l'activité de l'entreprise et seront abordés succinctement. Parmi eux, citons les risques liés à l'ambiance de travail (éclairage, bruit, ambiance thermique), les risques routiers, les risques chimiques ou biologiques et les risques liés aux équipements de travail. Certaines situations de travail de bureau peuvent exposer plus particulièrement les salariés à ces risques selon le secteur d'activité considéré (entrepôt logistique, atelier industriel, chantier...).

## Risques de chute de plain-pied



Chutes, glissades, trébuchements, faux pas, pertes d'équilibre... Contrairement à certaines idées reçues tenaces, ces accidents du travail sont loin d'être anodins ou bénins. Les lésions peuvent résulter d'un contact brutal avec le sol. Leur survenue est aussi liée à l'environnement de travail du salarié. Les accidents surviennent lors des déplacements des salariés et résultent de la combinaison de nombreux facteurs d'origines diverses : sol irrégulier ou encombré, déplacement rapide, éclairage insuffisant, attention focalisée sur une autre tâche que le déplacement, fatigue...

Le travail de bureau expose à ces risques de chute de plain-pied. À titre d'exemple, une sous-évaluation des besoins de stockage de la documentation ou une sous-évaluation des besoins d'accès aux zones d'archivage favorisent l'encombrement des espaces de circulation mais aussi des déplacements plus nombreux.

*À noter : les risques de chute de hauteur (dont les chutes dans les escaliers) sont traités séparément dans une autre fiche.*

Une assistante doit envoyer des courriers à tous les clients pour leur transmettre le nouveau catalogue de l'entreprise. Le temps presse et il faut que tous les courriers partent dans la semaine. Elle marche vers son bureau, les bras chargés d'une pile d'enveloppes vierges et de catalogues à envoyer. Son pied se coince dans une rallonge électrique qui est au sol. Elle chute et se cogne la tête contre un meuble. Elle souffre d'un traumatisme crânien.

Au cours d'une réunion du comité de direction d'une grande entreprise d'assurance, un comptable est sollicité à la dernière minute pour apporter des précisions sur un bilan financier. Il prend l'ensemble des dossiers qui pourraient être utiles et se dirige vers la salle de réunion. En arrivant dans le hall, il glisse sur le carrelage qui vient d'être lavé et qui est encore mouillé. Il chute en arrière et se foule le poignet. Il est arrêté pendant 10 jours.

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Présence d'objets sur le sol.
- Matière glissante sur le sol (eau, verglas...).
- Petits dénivelés, trous dans le sol.

### Situations dangereuses

- Se déplacer sur un sol rendu glissant : gras, mouillé, verglacé...
- Se déplacer sur un sol inégal : marche, rupture de pente...
- Se déplacer sur un sol dégradé : aspérité, trou, nids-de-poule...
- Se déplacer dans un passage encombré par des objets, équipements ou matériaux mal stockés ou mal rangés : cartons, piles de documents, rallonges électriques, câbles...
- Se déplacer dans une zone mal éclairée.
- Se déplacer en ayant son attention occupée par autre chose (en téléphonant, en regardant un document...).
- Se déplacer dans l'urgence.

### Événements dangereux

- Trébucher sur un obstacle au sol : carton, flexible ou câble qui traverse une zone de circulation...
- Heurter un élément saillant : coin de meuble ou de fenêtre ouverte...
- Glisser sur un sol détrempe ou gras, sur un plancher mouillé...
- Être déséquilibré par quelqu'un ou quelque chose.

### Atteintes à la santé potentielles

- Entorse.
- Fracture.
- Déchirure musculaire.
- Contusions.
- Plaies et traumatismes divers.
- Décès.

## Propositions de mesures de prévention

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur assure l'entretien et le nettoyage régulier des sols (sol uniforme, sans trous ni bosses et antidérapant, propre et non glissant).
- Mon employeur choisit un revêtement de sol adapté à l'activité.
- Mon employeur met en place des zones dédiées pour ranger le matériel afin de ne rien stocker dans les allées de circulation.
- Mon employeur organise l'activité et les équipements afin de mettre en adéquation l'organisation spatiale avec l'organisation du service (équipe regroupée dans des bureaux proches, photocopieuse à proximité...).
- Mon employeur réduit la fréquence des situations d'urgence amenant les salariés à se précipiter lors de déplacements et monopolisant leur attention.
- Mon employeur aménage les locaux afin qu'aucun fil ou câble n'entrave une zone de circulation (passe-câbles).
- Dans les zones extérieures, mon employeur met en place des bacs à sable ou à sel à proximité immédiate des allées de circulation et de l'entrée principale (en cas de neige ou de verglas). Une organisation particulière est établie en cas d'intempérie.
- J'organise mon activité afin de limiter les déplacements inutiles (prévoir le matériel nécessaire pour éviter les allers-retours superflus).
- J'évacue les déchets au fur et à mesure.

## Propositions de mesures de prévention (suite)

---

### Protection collective

- Mon employeur prévoit des allées de circulation suffisamment larges.
  - Mon employeur rend visibles les obstacles que l'on ne peut pas éviter.
  - Mon employeur choisit un mobilier adapté à la configuration des locaux.
  - Mon employeur assure un éclairage suffisant dans les allées de circulation.
  - Mon employeur définit et matérialise les zones de circulation et les zones de stockage.
- 

### Protection individuelle

- Lorsque je circule dans des ateliers ou des zones de chantier, mon employeur met à ma disposition les équipements de protection individuelle (EPI) adaptés (chaussures avec semelles antidérapantes...).
  - Dans les zones concernées, je porte les EPI qui sont mis à ma disposition.
- 

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur signale les zones glissantes ou accidentées (panneau, rubalise...).
  - Mon employeur me forme à l'utilisation et au port des EPI.
  - Je signale les dangers (sol glissant, passage de câbles...).
  - Je contourne les zones comportant des dangers pouvant entraîner une chute de plain-pied.
- 

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « plain-pied » ou « chute » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

*Des accidents de plain-pied (chute, glissade...) peuvent se produire lors du trajet domicile-lieu de travail. Il est utile de considérer séparément les accidents de trajet et les accidents qui se produisent au cours du travail. En effet, les facteurs explicatifs, et donc les possibilités de prévention, peuvent être différents dans les deux cas.*

*Dans cette famille de risque « chute de plain-pied », sont intégrés les risques de heurt et de trébuchement.*

## Risques de chute de hauteur



La chute de hauteur se distingue de la chute de plain-pied par l'existence d'une dénivellation. Cela regroupe l'ensemble des chutes de personnes situées en élévation (tabouret, marchepied...) et également les chutes dans les escaliers.

Les accidents par chute de hauteur ont des conséquences particulièrement graves et peuvent entraîner le décès de la victime. Ils représentent la deuxième cause d'accidents mortels au travail, après le risque routier.

*Un employé doit chercher des dossiers archivés au-dessus d'une armoire. Il se hisse sur un tabouret. En se penchant pour attraper un classeur, le tabouret bascule, l'entraînant dans une chute provoquant des blessures au visage. Il se casse trois dents et le médecin aux urgences lui pose des points de suture au menton. Un arrêt de travail consécutif à cet accident lui est prescrit pour une durée de 7 jours.*

*Une apprentie consulte régulièrement son smartphone vibrant dans sa poche à chaque notification. Elle est chargée de distribuer le courrier dans tout le bâtiment et porte une caisse contenant les lettres et paquets. En empruntant un escalier, elle est déconcentrée par un nouveau message sur son téléphone. Elle trébuche sur un carton posé sur une des marches. Elle chute dans l'escalier et se casse une jambe et un bras.*

*Un chef de service se trouvant au rez-de-chaussée monte au premier étage faire des photocopies pour préparer sa réunion. En descendant l'escalier étroit et peu éclairé pour rejoindre son bureau avec les documents, il chute. Résultat : entorse avec 20 jours d'arrêt de travail.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

<b>Dangers</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escalier glissant, encombré, exigü...</li> <li>• Matériels, équipements situés en hauteur, inaccessibles de plain-pied.</li> </ul>
<b>Situations dangereuses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Travailler en hauteur sans utiliser l'équipement adéquat (marchepied, escabeau, plates-formes individuelles...).</li> <li>• Se déplacer dans un escalier les deux bras chargés.</li> <li>• Se déplacer dans un escalier sans rampe.</li> <li>• Se déplacer dans une zone sans protection adaptée contre le vide (pas de garde-corps sur une mezzanine).</li> <li>• Travailler avec des équipements d'intervention en hauteur inadaptés ou mal mis en œuvre (par exemple, escabeau instable, sans barrière de protection, sur un sol non plan).</li> </ul>
<b>Événements dangereux</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perte d'équilibre.</li> <li>• Effondrement, basculement du matériel d'accès (escabeau...).</li> </ul>
<b>Atteintes à la santé potentielles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entorse.</li> <li>• Plaie ou blessure grave.</li> <li>• Traumatisme crânien.</li> <li>• Fracture.</li> <li>• Décès.</li> </ul>

## Propositions de mesures de prévention

<b>Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur organise le travail pour qu'il puisse être réalisé depuis le sol et met à ma disposition des moyens me permettant de travailler de plain-pied (ou depuis le sol).</li> <li>• Mon employeur met à disposition des armoires de rangement me permettant d'accéder aux dossiers de plain-pied (par exemple, armoire d'archives automatisée permettant d'accéder à tout document depuis le sol).</li> <li>• Mon employeur assure le nettoyage régulier des escaliers.</li> <li>• J'évite de travailler en hauteur chaque fois que possible.</li> <li>• J'évite le port manuel de charges dans les escaliers.</li> </ul>
<b>Protection collective</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur met à disposition du matériel conforme, en bon état et assure sa vérification.</li> <li>• Mon employeur assure un éclairage suffisant des escaliers et facilite l'activation de la lumière (détecteurs de présence correctement réglés, interrupteurs placés à proximité des accès).</li> <li>• Mon employeur met en place et entretient le revêtement non glissant des marches ou des changements de niveau (nez de marches visibles et antidérapants).</li> <li>• Mon employeur installe deux mains courantes dans les escaliers.</li> <li>• J'utilise les moyens d'accès sécurisés en hauteur mis à disposition par mon employeur quand c'est nécessaire.</li> <li>• Je veille à laisser les escaliers en bon état et toujours dégagés.</li> </ul>

## Propositions de mesures de prévention (suite)

---

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur sensibilise le personnel aux risques de chutes de hauteur.
- Mon employeur rappelle par des consignes de tenir la main courante dans les escaliers et établit des règles pour l'usage des moyens de communication lors des déplacements.
- J'informe mon employeur des situations dangereuses, notamment lorsque le matériel est dégradé.
- Je signale les anomalies présentes dans les escaliers et les endroits où il y a un risque de chute de hauteur.

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec le mot-clé « chutes de hauteur » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

# Risques liés à la charge physique de travail



Ce sont des risques consécutifs à des efforts physiques intenses et/ou prolongés et/ou répétés, des postures inconfortables ou contraignantes. Ils peuvent engendrer fatigue, douleurs, gêne fonctionnelle et aussi des lésions aiguës ou chroniques au niveau des articulations des membres supérieurs (épaule, poignet, coude), du cou, du bas du dos et aussi des membres inférieurs (genou, cheville).

Ces risques sont accrus en cas de fortes contraintes liées à l'organisation du travail (délais, absence d'autonomie, défaut d'entraide...) ou lorsque l'ambiance et les conditions physiques de travail sont dégradées (bruit, vibrations, température, éclairage...). Ils peuvent être à l'origine d'accidents du travail (lumbagos, contusions...) ou de maladies professionnelles (tendinites, troubles musculosquelettiques).

*Au siège social d'une compagnie d'assurance de plus de 1000 salariés, le service courrier gère plus d'un millier de lettres, colis et expéditions par jour. L'organisation de la distribution est faite par M. X depuis plus de 25 ans. À son poste de travail, il dispose d'une colonne avec plusieurs tiroirs et bacs pour la préparation de la distribution. Pour effectuer son travail, il est régulièrement amené à se tourner (rotation du tronc) pour alimenter les bacs situés derrière lui et à lever les bras au-dessus de la tête pour récupérer le courrier dans les étagères supérieures. Il se plaint de douleurs au dos, aux épaules et de courbatures. Il sollicite une visite chez le médecin du travail qui diagnostique des TMS, notamment au niveau du bas du dos (lombalgie) et au niveau des épaules (tendinite).*

*Dans une entreprise de prestations intellectuelles de 200 salariés, les services généraux gèrent les demandes d'interventions internes. Elles peuvent concerner l'approvisionnement des services en consommables, l'aménagement de bureaux... Un nouveau salarié est recruté et il sollicite les services généraux pour déplacer quelques meubles de son bureau. Le salarié des services généraux essaie de déplacer une lourde armoire sur la moquette au sol, ce qui exige un effort intense. En poussant ce meuble, il ressent une forte douleur diffuse dans le bas du dos. Il souffre d'une lombalgie et est arrêté.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Facteurs de risque <sup>6</sup>

- Postures contraignantes.
- Efforts physiques intenses et/ou répétés.
- Posture statique maintenue pendant de longues périodes.
- Cadence élevée, travail dans l'urgence...
- Ambiances physiques de travail (exposition à des vibrations, travail au froid...).
- Stress.

### Situations à risque <sup>7</sup>

- Manutentionner des charges lourdes.
- Fournir des efforts importants : tirer, pousser, porter, déplacer, poser des charges lourdes ou encombrantes, manipuler manuellement des cartons, utiliser des chariots non adaptés.
- Adopter des postures contraignantes : flexion, torsion, rotation, inclinaison de la colonne vertébrale.
- Réaliser des gestes répétitifs.
- Adopter des postures statiques prolongées : postures sédentaires, station debout prolongée.
- Travailler dans le froid ou les courants d'air.

### Événements dangereux

- Soulever une charge lourde.
- Prendre et déposer fréquemment des colis stockés à des hauteurs et/ou profondeurs variables (trop haut, trop bas, trop profond).
- Réaliser des gestes ou mouvements impliquant des postures contraignantes (travailler avec les bras au-dessus du niveau des épaules, effectuer des torsions du corps...).
- Maintenir une posture inconfortable pendant de longues périodes.

### Atteintes à la santé potentielles

Troubles musculosquelettiques (TMS) : ils sont principalement localisés au niveau des épaules, du poignet, du coude, des genoux et du dos (par exemple, tendinite du coude ou de l'épaule, lombalgie, sciatique...).

## Propositions de mesures de prévention

### Suppression des facteurs de risque ou réduction de l'exposition aux facteurs de risque

- Mon employeur organise et aménage les postes de travail pour supprimer ou diminuer les manutentions et les déplacements avec une charge : rehausse de la hauteur de prise et/ou dépose, utilisation de chariots mobiles...
- Mon employeur organise et aménage les postes de travail de façon à permettre aux salariés de changer régulièrement de position, d'adopter des postures moins contraignantes et d'adapter leur poste aux besoins de l'activité : plan de travail à hauteur variable, table élévatrice...
- Mon employeur organise le travail de manière à éviter que la cadence soit imposée aux salariés par un système technique (machine, logiciel...) ou un collègue.

### Protection collective

- Mon employeur prévoit des moyens de manutention adaptés à l'activité.
- Mon employeur prévoit une organisation du travail permettant aux salariés de bénéficier de temps de récupération.
- J'utilise les moyens de manutention mis à ma disposition (chariot à roulettes adaptées...).

6. Pour les risques liés à l'activité physique de travail, le terme choisi ici est « facteurs de risque » plutôt que « dangers ».

7. De même, le terme choisi ici est « situations à risque » plutôt que « situations dangereuses ».

## Propositions de mesures de prévention (suite)

---

### Protection individuelle

- Mon employeur met à disposition les équipements de protection individuelle adaptés à la tâche à effectuer (gants, chaussures...).
  - Je porte, si nécessaire, les équipements de protection individuelle adaptés au travail à effectuer.
- 

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur forme le personnel à la prévention des risques liés à l'activité physique (Prap).
- 

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « TMS », « lombalgie », « activité physique » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## Risques liés au travail sur écran



Le travail sur écran peut engendrer des effets sur la santé tels que des troubles musculosquelettiques, de la fatigue visuelle, du stress et d'autres risques liés aux postures sédentaires (troubles métaboliques, pathologies cardiovasculaires...). Les facteurs de risque sont de nature biomécanique (posture statique prolongée et contraignante, répétitivité des gestes...), physiologique (faible dépense énergétique), organisationnelle (durée journalière, travail intensif, absence de pauses, contenu du travail...) et psychosociale (stress, charge mentale...). Les secteurs d'activité du tertiaire sont particulièrement concernés.

*Au sein d'une entreprise d'expertise comptable, une employée d'une quarantaine d'années est affectée au service de la gestion de comptabilité d'un portefeuille d'entreprises. Elle saisit régulièrement de nombreuses données chiffrées à l'aide de son clavier. Elle possède une souris classique, un écran de petite taille non réglable en hauteur. Son bureau est encombré car elle a peu de place pour stocker les dossiers des entreprises. Il lui est arrivé plusieurs fois d'avoir des douleurs au coude droit au cours de sa carrière. Lors d'une visite médicale périodique, elle évoque ses conditions de travail et ses douleurs. L'employée sollicite alors la reconnaissance de ses troubles physiques comme maladie professionnelle auprès de sa Caisse primaire d'assurance maladie.*

*Un assistant administratif effectue depuis peu du télétravail deux fois par semaine. Habitant dans un petit appartement, il n'a pas d'espace dédié pour aménager un poste de travail adapté. Il est amené à utiliser sa table basse et à travailler depuis son canapé sur un ordinateur portable de petite taille (13 pouces). À la fin d'une journée au cours de laquelle il enchaîne trois visioconférences dans un environnement sombre, il ressent une forte douleur au niveau des cervicales et du bas du dos, ainsi que des maux de tête et des picotements aux yeux. Le lendemain, il en parle à un collègue, représentant du personnel, qui lui propose d'aborder le sujet lors d'une prochaine réunion du Comité social et économique (CSE).*

*Une comptable doit rendre les comptes annuels à la fin de la semaine. Ses journées sont longues et elle passe de nombreuses heures sur l'écran de son ordinateur sur un logiciel sur fond sombre à vérifier les données rassemblées par les différents services de l'entreprise. Elle travaille tard le soir, sans prendre de pauses régulières. À la fin de la semaine, elle ressent des picotements aux yeux et des maux de tête. Elle est fatiguée et ne revient travailler que 3 jours plus tard, suite à un arrêt de travail.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Facteurs de risque <sup>8</sup>

Troubles musculosquelettiques (TMS) :

- Postures contraignantes liées à un aménagement non adapté du poste de travail informatique.
- Mouvements répétitifs des doigts, que ce soit pour la frappe au clavier ou pour les clics avec la souris.
- Appui continu du poignet sur le plan du travail lors de la saisie sur le clavier.
- Posture statique prolongée du cou, des épaules et des bras à l'origine d'une fatigue musculaire par sollicitation permanente des muscles.
- Maintien prolongé de la posture assise.

Postures sédentaires :

- Posture assise statique maintenue pendant de longues périodes.
- Très faible dépense énergétique.

Fatigue visuelle :

- Éclairage inadapté.
- Temps excessif passé devant l'écran et absence de pauses visuelles.
- Écran brillant à l'origine de reflets.

Risques psychosociaux :

- Quantité importante d'informations traitées par l'intermédiaire des technologies de l'information et de la communication.
- Utilisation d'un logiciel inadapté aux tâches à réaliser.
- En télétravail, absence de frontière entre la sphère professionnelle et la sphère privée.

### Situations à risque <sup>9</sup>

- Adopter des postures contraignantes : flexion des cervicales, sursollicitation des épaules, dos non maintenu par un dossier...
- Adopter des postures statiques prolongées.
- Utiliser un ordinateur portable avec un petit écran, un pavé tactile et un clavier intégré.
- Travailler sur du mobilier non prévu pour un usage bureautique (table basse de salon, canapé...).
- Travailler dans un environnement sombre.
- Passer une journée complète derrière son écran.
- Traiter de nombreuses informations à l'aide de logiciels mal adaptés aux tâches à réaliser.
- Augmenter le temps de connexion à des écrans dans la sphère professionnelle et dans la sphère privée.

### Événements dangereux

- Réaliser des tâches de saisie sur clavier de façon répétée et quotidienne, sans avoir la possibilité de prendre des pauses régulièrement.
- Maintenir une posture statique prolongée pendant de longues périodes avec une faible dépense énergétique.
- Maintenir une posture inconfortable pendant de longues périodes.
- Travailler sur des logiciels inadaptés, sans formation et dans des délais contraints.

### Atteintes à la santé potentielles

- TMS : ils sont principalement localisés au niveau des épaules, du poignet, du coude et du tronc (cervicales, dorsales et lombaires).
- Troubles métaboliques et pathologies cardiovasculaires.
- Fatigue visuelle.
- Stress chronique.

8. Pour les risques liés au travail sur écran, le terme choisi ici est « facteurs de risque » plutôt que « dangers ».

9. De même, le terme choisi ici est « situations à risque » plutôt que « situations dangereuses ».

## Propositions de mesures de prévention

---

### Suppression des facteurs de risque ou réduction de l'exposition aux facteurs de risque

- Mon employeur organise et aménage les postes de travail pour supprimer ou diminuer le maintien de postures contraignantes.
  - Mon employeur organise le travail de manière à limiter les situations de stress.
  - Mon employeur organise le travail pour me permettre de quitter régulièrement l'écran des yeux, de bouger et d'alterner les postures.
  - Mon activité est organisée pour varier régulièrement les tâches sur informatique et favoriser l'autonomie (flexibilité des pauses, répartition de la charge de travail...).
  - Lors d'activités hors de l'entreprise (télétravail dans un tiers-lieu, au domicile...), je m'installe dans un espace de travail dédié et aménagé pour un travail sur écran.
  - Je positionne les équipements informatiques de façon à éviter les postures contraignantes.
- 

### Protection collective

- Mon employeur me fournit un mobilier adapté et réglable (chaise et table).
  - Mon employeur me fournit des équipements informatiques (clavier, souris, écran) adaptés à l'activité réalisée.
  - Mon employeur m'associe au choix de tout nouvel équipement ou lors de la mise en place d'une nouvelle organisation.
  - Je règle mon écran, mon siège et mon mobilier à ma taille.
  - J'aménage mon espace de travail selon les recommandations habituelles d'aménagement d'un poste de travail informatisé.
- 

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur forme le personnel à la prévention des risques liés à l'activité physique (Prap).
  - Mon employeur me sensibilise et me forme au choix et à l'utilisation des équipements mis à ma disposition (siège, clavier, souris, logiciel...).
  - Mon employeur me sensibilise en cas de mise en place d'une nouvelle organisation du travail (par exemple, mise en place du télétravail, espace de travail partagé...).
  - Mon employeur rappelle aux télétravailleurs les principes élémentaires d'aménagement des espaces de travail en les adaptant au travail à domicile.
- 

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « postures sédentaires », « travail sur écran », « télétravail » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## Risques psychosociaux (RPS)



Les risques psychosociaux correspondent à des situations de travail où sont présents du stress, des violences internes (dont le harcèlement moral et sexuel) et externes (agressions, conflits, tensions avec le public ou la clientèle).

Ce sont des risques qui peuvent être induits par l'activité elle-même ou générés par l'organisation ou les relations de travail. Les risques psychosociaux peuvent porter atteinte à la santé physique (maladies cardiovasculaires, troubles musculosquelettiques, maladies infectieuses...) ou mentale (troubles anxieux, dépression, suicide, tentatives de suicide...).

Au bureau, les risques psychosociaux peuvent être générés par un ensemble de facteurs de risques génériques répartis en six grandes catégories : intensité et temps de travail, exigences émotionnelles, manque d'autonomie, rapports sociaux au travail dégradés, conflits de valeur, insécurité de la situation de travail.

*Un commercial travaille depuis 15 ans dans une entreprise de vente de services informatiques. Cela fait 3 ans qu'il n'arrive pas à atteindre les objectifs fixés par le manager et revus à la hausse chaque année. Lors de ses entretiens annuels, ce dernier dénigre son travail. De plus, les clients sont extrêmement exigeants et le sollicitent très régulièrement (services supplémentaires en décalage avec l'offre proposée par l'entreprise). Il a peu de latitude pour faire évoluer l'offre de services aux entreprises clientes. Lassé et découragé, le commercial s'isole du collectif, et s'absente souvent suite à des arrêts de travail prescrits par son médecin traitant. Ne voyant pas la situation évoluer favorablement, il décide de consulter le médecin du travail qui diagnostique une altération générale de son état de santé et un syndrome d'épuisement professionnel. Il le renvoie vers son médecin traitant qui lui prescrit un arrêt maladie.*

*Dans une agence de communication, une graphiste est heureuse de travailler sur des thématiques d'intérêt (développement durable, campagnes de sensibilisation des jeunes...). Cependant depuis plusieurs semaines, elle a l'impression d'être vidée de l'intérieur. Elle n'a plus d'énergie pour se lever le matin, plus d'envie. Elle a de nombreux projets en cours avec des échéances courtes et doit passer de l'un à l'autre sans arrêt. Elle a l'impression de n'avoir jamais le temps de faire correctement son travail. Elle supporte de moins en moins les demandes contradictoires des clients et du responsable. Elle a le sentiment de travailler uniquement pour le chiffre d'affaires et de ne pas être valorisée et gratifiée pour le travail accompli. Lors d'un rendez-vous avec un client, elle n'accepte pas un commentaire et éclate en sanglots.*

*Dans une agence bancaire, une conseillère financière est en rendez-vous avec un client pour une demande de prêt immobilier. Celui-ci ne présente pas de garantie financière suffisante pour le montant de son crédit. Lorsque la conseillère l'informe du refus de la banque, il rentre dans une rage folle. Il crie et insulte l'employée. D'un seul coup, il se lève et la menace. Il quitte le bureau en continuant ses insultes. En fin de journée, apeurée et craignant des représailles du client mécontent, elle demande à son chef d'agence de l'accompagner jusqu'au parking, pour se rendre à son véhicule. Au quotidien, ces situations conflictuelles plus ou moins vives avec la clientèle sont difficiles à vivre et l'employée souffre de troubles anxieux.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Facteurs de risque<sup>10</sup>

- Intensité et temps de travail (charge de travail, rythme de travail, pression temporelle, ordres contradictoires, imprévisibilité des horaires de travail...).
- Exigences émotionnelles (contact avec une clientèle hostile, un public en détresse...).
- Manque d'autonomie (par exemple, dans la façon de s'organiser dans son travail).
- Rapports sociaux dégradés (manque d'entraide, de soutien entre collègues ou de la part de la hiérarchie, management par la peur, par l'affectif, mise en concurrence des salariés et arbitrages partiels de la part de la hiérarchie...).
- Conflits de valeur (par exemple, ne pas pouvoir faire un travail de qualité, faire un travail qu'on juge inutile, être obligé de mentir ou de frauder...).
- Insécurité de l'emploi et du travail (peur de perdre son emploi, précarité du contrat de travail, restructuration, réorganisation, incertitude sur l'avenir de son métier...).

Les facteurs de RPS sont d'autant plus néfastes pour la santé qu'ils s'inscrivent dans la durée, sont subis, nombreux et incompatibles entre eux.

### Situations à risque<sup>11</sup>

- Stress chronique : ressentir un déséquilibre entre ce que je dois faire dans le cadre professionnel et les moyens (temps, information, outillage, ressources humaines...) dont je dispose pour accomplir cette tâche.
- Violences internes : par exemple, être en conflit ou isolé de l'équipe/du collectif.
- Violences externes : par exemple, être agressé, insulté, menacé par des clients (agression verbale ou physique).

### Atteintes à la santé potentielles

Quand les RPS s'installent dans la durée, ils ont toujours un coût pour la santé des individus qui les subissent.

Les conséquences des RPS sur la santé des salariés sont multiples. Dans un premier temps, elles peuvent se traduire par des troubles du sommeil, des difficultés de concentration, de l'irritabilité. Dans un second temps, si la situation se prolonge, les RPS peuvent engendrer des maladies physiques ou mentales (troubles cardiovasculaires, TMS, syndrome de burn-out, dépression, anxiété, voire même conduites suicidaires).

10. Pour les risques psychosociaux, le terme choisi ici est « facteurs de risque » plutôt que « dangers ».

11. De même, le terme choisi ici est « situations à risque » plutôt que « situations dangereuses ».

## Propositions de mesures de prévention

---

### Suppression des facteurs de risque ou réduction de l'exposition aux facteurs de risque

- Mon employeur planifie les tâches en tenant compte de la charge de travail de chacun et de ses compétences.
- Mon employeur veille à ce que les consignes soient claires et que les moyens à disposition soient adaptés au travail à réaliser.
- En cas de conflit interne, mon employeur veille à ce qu'il y ait un arbitrage équitable.
- Mon employeur facilite les échanges et le dialogue social entre tous les acteurs de l'entreprise.
- Mon employeur donne des signes de reconnaissance du travail bien fait ou des efforts déployés.
- Mon employeur organise les remontées d'informations du terrain pour traiter les problèmes rencontrés : le cas échéant, il fait le lien avec les acteurs de prévention institutionnels.
- Mon employeur affiche clairement que les comportements inadaptés (sexistes, racistes, moqueries...) ne sont pas tolérés et il agit par des sanctions en cas de dérapage.
- J'alerte ma hiérarchie ou les représentants du personnel en cas de conflit.

---

### Protection collective

- Mon employeur aménage les locaux pour protéger les salariés contre les risques de violence en lien avec le public (sas d'entrée, systèmes de verrouillage, accueil aménagé...).
- Mon employeur respecte et fait respecter le droit à la déconnexion (horaire des réunions, des sollicitations par mail et des appels...).

---

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur me propose des formations visant à m'aider à faire face à des situations difficiles (par exemple, en cas d'agression, de menace ou d'agressivité d'un client).
- Mon employeur met en place des moyens d'expression collective (groupe de parole) et m'oriente vers le service de prévention et de santé au travail en cas de demande.

---

## Pour en savoir plus

- Faire une recherche avec les mots-clés « RPS », « burnout », « violence », « stress » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

# Risques liés aux ambiances lumineuses



Au poste de travail, l'éclairage naturel et l'éclairage artificiel sont des éléments essentiels de confort visuel et de réduction des risques professionnels. L'éclairage doit être conçu pour répondre aux besoins des salariés et à la tâche à effectuer. De manière générale, l'éclairage ne doit pas être générateur de fatigue visuelle, d'éblouissements gênants, de contrastes de luminance fatigants, voire de reflets ou d'ombres portées.

Ces risques peuvent être majorés à domicile (télétravail) car l'espace de travail n'a pas été conçu avec les mêmes spécifications que l'environnement de bureau.

*Un téléopérateur travaille dans l'espace partagé d'un centre d'appels. Il s'accorde une pause en fin d'après-midi. Il se dirige vers les escaliers non éclairés pour descendre à l'extérieur du bâtiment. Le personnel d'entretien nettoie les locaux et vient de terminer les escaliers. Le bouton d'allumage de l'éclairage est situé à mi-étage. Le téléopérateur chute sur le sol mouillé et souffre d'une entorse à la cheville.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Locaux ou postes de travail mal éclairés ou lumière éblouissante.
- Usage de LED non équipées de filtre ou de grille de défilement et directement positionnées dans le champ visuel de l'opérateur.

### Situations dangereuses

- Travailler sur des tâches nécessitant la perception des formes, des mouvements et des couleurs, dans un environnement lumineux inadapté (éclairage trop important ou insuffisant).
- Visionner son écran avec des reflets, un éclairage inapproprié.
- Circuler dans des zones de passage (escaliers, couloirs) ou de travail peu ou pas éclairées.
- Se trouver dans une zone sombre où circule un engin sans éclairage (zone de stockage...).
- Être gêné par des reflets empêchant de voir son environnement de travail.
- Être victime d'éblouissement empêchant de voir un danger potentiel à son poste.

## Illustrations pour une analyse par le risque (suite)

---

### Événements dangereux

- Éblouissement.
- Manque de visibilité.
- Visionner un écran mal positionné par rapport aux sources d'éclairage (fenêtre, lampe...).
- Variation brusque de luminosité.

### Atteintes à la santé potentielles

- Fatigue ou gêne visuelle (sensation de lourdeur oculaire, picotements, éblouissements, myopie temporaire, yeux secs, maux de tête).
- Dommages corporels consécutifs à un accident de type chute ou heurt d'objets : blessures pouvant être graves ou décès.

## Propositions de mesures de prévention

---

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur assure un éclairage au poste de travail adapté à la tâche et aux besoins des salariés.
- Mon employeur assure une ambiance lumineuse adaptée dans les zones de circulation et de travail.
- Mon employeur privilégie l'éclairage naturel : baies vitrées, puits de lumière...

### Protection collective

- Mon employeur assure l'entretien des installations lumineuses (luminaires et sources) : remplacement des ampoules défectueuses, nettoyage régulier des luminaires.
- Mon employeur équipe les fenêtres exposées au soleil de stores pour limiter la lumière gênante (pare-soleil en extérieur côté sud, voile ou pare-soleil en intérieur).
- Mon employeur met à disposition des éclairages d'appoint, si besoin.
- Mon employeur implante les bureaux de manière à limiter les reflets sur les écrans.
- Je vérifie systématiquement le bon fonctionnement de l'éclairage de mon lieu de travail.
- Je place mon écran perpendiculairement aux fenêtres pour éviter les reflets et les éblouissements liés à l'éclairage naturel.

### Protection individuelle

- Dans des circonstances particulières (travail extérieur par exemple), je porte des lunettes solaires ou une visière pour éviter l'éblouissement.

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur sensibilise les salariés aux risques liés aux ambiances lumineuses.

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec le mot-clé « éclairage » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr).

## Risques et nuisances liés au bruit



Le bruit constitue une nuisance majeure dans le milieu professionnel. Il peut provoquer différentes pathologies pouvant aller jusqu'à la surdité (irréversible), mais aussi du stress et de la fatigue qui, à la longue, ont des conséquences sur la santé des salariés. De plus, une ambiance bruyante au travail peut être la cause d'accidents par effet de masque. En effet, le bruit peut masquer des signaux d'alarme ou des signaux utiles indiquant un danger (consignes orales, bruit de véhicules...).

Les espaces ouverts dans le tertiaire (open-space) sont censés faciliter la communication et la collaboration. Cependant, l'aménagement acoustique, souvent négligé à la conception, fait que le bruit gêne pour l'accomplissement de l'activité, fatigue les salariés et occasionne une perte de performance pour l'entreprise.

*Une salariée est assistante depuis plus de 20 ans au sein d'une entreprise de services. Elle occupe un bureau partagé avec une collègue chargée du suivi de la prospection clients. À proximité, dans la même pièce, plusieurs imprimantes sont installées pour toute l'entreprise. La salariée y subit de ce fait les conversations de collègues se retrouvant à l'imprimante et le bruit provenant des équipements. Depuis quelques semaines, elle devient irritable, impatiente et n'arrive plus à réaliser ses activités professionnelles correctement. Lors d'une visite d'information et de prévention avec un infirmier du service de prévention et de santé au travail, celui-ci fait le lien entre le bruit au bureau et son état de santé. Le médecin du travail propose alors à l'employeur d'inscrire le sujet des nuisances sonores à l'ordre du jour d'une réunion du Comité social et économique et d'approfondir le sujet.*

*Un téléopérateur travaille dans un centre d'appels. Le local est exigu et tous les postes sont occupés. L'ensemble du plateau téléphonique est en activité. Il possède de grandes surfaces vitrées et un plafond haut. L'opérateur est épuisé lors des pics d'activité. La charge de travail importante et le bruit ambiant excessif entraînent une forte fatigue chez lui et des migraines répétées. Il va voir son médecin qui lui prescrit un arrêt de travail, compte tenu de son état de fatigue générale.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

<b>Dangers</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bruit de machines (photocopieuse, ventilation...).</li> <li>• Bruit de conversation.</li> </ul>
<b>Situations dangereuses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Travailler sur ou à proximité de machines ou d'outils bruyants ou dans une ambiance bruyante (local qui résonne).</li> <li>• Travailler avec un bruit ambiant excessif (espaces de travail ouverts tels que les centres d'appels téléphoniques, centres de relation clients, les espaces de travail collaboratif, les espaces d'accueil du public).</li> <li>• Travailler avec un niveau sonore de casque téléphonique trop élevé.</li> </ul>
<b>Événements dangereux</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposition de manière prolongée ou répétitive à une source ou une ambiance sonore assez forte ou gênante.</li> <li>• Exposition ponctuelle à un bruit particulièrement intense : choc acoustique dans un casque de téléopérateur...</li> </ul>
<b>Atteintes à la santé potentielles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atteintes de l'appareil auditif (surdité, acouphènes...), stress, fatigue, anxiété, pathologie de la voix (bruit ambiant important obligeant à forcer la voix), g�ne, baisse de la vigilance et augmentation du risque d'accident.</li> </ul>

## Propositions de mesures de prévention

<b>Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur écarte les sources de bruit de la zone de travail.</li> <li>• Mon employeur met à disposition des locaux adaptés à l'activité (limitation de la hauteur, isolation avec l'extérieur, sol limitant le bruit d'impact...).</li> <li>• Mon employeur remplace les équipements bruyants par des équipements moins bruyants (mise en place de capots sur les sources de bruit, mise en place de limiteur acoustique pour la téléphonie...).</li> <li>• Mon employeur planifie les travaux bruyants quand il y a peu de personnes dans l'environnement de travail et sépare physiquement les activités.</li> <li>• Je m'éloigne si possible des autres salariés lorsqu'ils font du bruit ou utilisent une machine bruyante.</li> </ul>
<b>Protection collective</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur traite les espaces de travail bruyants (installation de cloisons de séparation absorbantes et isolantes, panneaux absorbants...).</li> <li>• Mon employeur traite les grands volumes et les parois réverbérant le son avec des matériaux absorbants phoniques.</li> <li>• Mon employeur aménage les locaux pour assurer une distance minimale entre les postes de travail.</li> <li>• Mon employeur met en place des locaux ou des espaces séparés pour les réunions temporaires ou pour s'isoler en cas de communication.</li> </ul>
<b>Protection individuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur met à ma disposition les EPI adaptés (casques avec limiteur acoustique dans les centres d'appels téléphoniques, par exemple) et me forme à leur utilisation.</li> <li>• Je porte les EPI qui sont mis à ma disposition, si besoin.</li> </ul>
<b>Mesures complémentaires : formation, information</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur assure l'information des salariés sur les risques liés au bruit (bon réglage du volume du casque, gestion des appels difficiles...).</li> </ul>

## Pour en savoir plus

- Faire une recherche avec le mot-clé « bruit » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

# Risques liés aux ambiances thermiques



Le travail de bureau peut obliger les salariés à évoluer dans des environnements marqués par des conditions particulières d'ambiance thermique, suivant les saisons notamment (températures élevées ou, au contraire, basses, sensation d'inconfort, froid localisé...). Le froid et le chaud peuvent avoir des répercussions sur la qualité du travail et participer directement ou indirectement à la survenue d'accidents ou de malaises. La réduction des températures dans les bureaux peut générer un inconfort thermique. Les équipements informatiques sont par ailleurs sources de chaleur, particulièrement en espace réduit. Les locaux de travail doivent être conçus pour permettre d'adapter leur température à l'activité physique des travailleurs.

*Un employé de bureau travaille dans un bureau très lumineux et moderne, avec de grandes baies vitrées. Son poste de travail est à proximité immédiate des baies et il ne peut pas les occulter. En été, la température augmente à des niveaux importants. Il se plaint de ne plus pouvoir se concentrer. En milieu d'après-midi d'une journée caniculaire, sous l'effet de la chaleur, il fait un malaise et perd connaissance.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Ambiances chaudes, froides ou inconfortables, températures extrêmes.
- Courant d'air, vent.
- Brusques différences de température.

### Situations dangereuses

- Travailler à des températures élevées (au-delà de 30 °C) ou froides (inférieures à 18 °C).
- Travailler dans une pièce où le taux d'humidité est trop faible ou trop fort (hors d'une plage située entre 40 et 70 %).
- Être exposé à un rayonnement solaire important, à proximité d'une paroi froide, dans un courant d'air (par exemple, accueil du public, travail à l'extérieur ou dans un hall...).
- Travailler à proximité de sources de chaleur ou de froid localisées (baie vitrée, bouche d'arrivée d'air, souffle du climatiseur...).

## Illustrations pour une analyse par le risque (suite)

---

### Événements dangereux

- Exposition plus ou moins intense et prolongée à une ambiance thermique chaude, froide, inconfortable ou bien à des courants d'air.
  - Passage régulier d'une ambiance chaude à une ambiance froide ou inversement.
- 

### Atteintes à la santé potentielles

- Atteintes à la santé liées aux ambiances chaudes : transpiration abondante, augmentation de la fréquence cardiaque, déshydratation, crampes, fatigue, vertige, nausée, insolation, perte de connaissance pouvant entraîner le décès par hyperthermie (coup de chaleur).
  - Atteintes à la santé liées aux ambiances froides : frissonnement, douleurs aux membres, problèmes vasculaires...
- 

## Propositions de mesures de prévention

---

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur aménage les locaux et les postes de travail afin de les isoler de l'extérieur (choix des matériaux, sas...).
  - Mon employeur adapte les horaires de travail aux conditions climatiques exceptionnelles.
  - Mon employeur met à disposition des espaces de pause adaptés aux conditions climatiques avec boissons fraîches et chaudes.
  - Mon employeur organise le travail avec des temps de pause adaptés et dans des lieux tempérés.
- 

### Protection collective

- Mon employeur assure la régulation thermique des locaux : chauffage, climatisation...
  - Mon employeur protège les locaux des rayons du soleil (volets anti-ultraviolets (UV), stores...).
  - Je pense à fermer les portes du bâtiment pour éviter les courants d'air, le froid ou la chaleur.
- 

### Protection individuelle

- Je porte des vêtements de protection adaptés au froid, à la chaleur, à la pluie et aux conditions de travail difficiles, si besoin.
  - Je porte des vêtements favorisant l'évacuation de la transpiration et je me protège la tête du soleil par temps chaud, lors des activités extérieures, si besoin.
- 

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur sensibilise le personnel aux risques liés aux ambiances thermiques et à l'importance de marquer des pauses pour récupérer et s'hydrater.
- 

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « ambiances thermiques », « chaleur » ou « froid » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

# Risques liés aux circulations internes de véhicules



Ce sont des risques d'accidents liés au heurt d'une personne par un véhicule ou un engin (deux-roues, voiture, camion, chariot de manutention) ou à la collision de véhicules entre eux ou contre un obstacle. Ils sont consécutifs à la circulation multiple de véhicules et de piétons sur un lieu de travail (réserves, quai de déchargement...), en particulier dans les situations de coactivité. Les personnels travaillant en bureau sont plus ou moins concernés par ces situations, suivant l'activité de l'entreprise et sa localisation. Ce sont des risques dont les conséquences peuvent être graves (à cause de la vitesse ou de la masse impliquée).

Une entreprise de 200 salariés propose des services informatiques. Elle dispose d'une réserve de stockage de consommables bureautiques accessible par une rampe extérieure. Une palette est à ranger dans la réserve et un salarié chargé de la réception des équipements utilise son transpalette électrique qu'il pousse sans visibilité. Au même moment, un collègue sort de la réserve avec une pile de cartons dans les bras. Il se fait percuter et le transpalette lui écrase le pied gauche. Il est transporté à l'hôpital. Une fracture des os du pied est diagnostiquée. Il est arrêté 6 semaines.

Un livreur d'une société de livraison express de courriers se présente à l'accueil d'une entreprise en fin de journée, l'hiver. En l'absence de personnel d'accueil, il se dirige à vive allure à l'aide de sa moto vers le bâtiment mentionné sur le courrier. Il vient régulièrement dans l'entreprise et le colis doit être livré rapidement. Il fait nuit et les allées de circulation ne sont pas éclairées. Il percute un salarié quittant un bâtiment dans un virage dans une zone mal éclairée, lui occasionnant une blessure à la jambe et un traumatisme crânien.

## Illustrations pour une analyse par le risque

---

### Dangers

- Véhicules ou engins en mouvement, en mauvais état.
- 

### Situations dangereuses

- Circuler à pied dans une réserve.
  - Circuler à proximité d'un véhicule réalisant une marche arrière.
  - Circuler sans respecter les règles de conduite des véhicules ou engins (vitesse trop élevée, avec dépassement de capacité de charges...).
  - Circuler en utilisant des appareils ou des substances qui altèrent la vigilance (téléphone, lecteur de musique, médicament, alcool, drogue...).
  - Circuler avec un véhicule défectueux.
  - Circuler entre deux espaces de travail sans visibilité.
- 

### Événements dangereux

- Collision véhicule/piéton.
  - Collision véhicule/véhicule.
  - Collision véhicule/obstacle.
  - Collision piéton/piéton.
- 

### Atteintes à la santé potentielles

- Entorse.
  - Fracture.
  - Contusions.
  - Plaies et traumatismes divers.
  - Décès.
- 

## Propositions de mesures de prévention

---

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur organise la circulation sur le lieu de travail pour séparer physiquement les flux véhicules et piétons (zones de chargement, de stockage et de travail).
  - Mon employeur assure l'entretien périodique des engins et véhicules.
  - Mon employeur organise le sens de circulation entre deux espaces de travail sans visibilité et installe un oculus sur les portes.
  - Mon employeur matérialise le plan de circulation si celui-ci n'est pas intuitif et organise les circulations (vitesse, priorité, zone dédiée...).
  - Mon employeur met en place des zones dédiées pour ranger le matériel afin de ne rien stocker dans les allées de circulation.
- 

### Protection collective

- Mon employeur protège les zones de circulation piétonne (barrière de protection physique...).
  - Mon employeur assure un éclairage suffisant des zones de circulation.
  - Je respecte les zones de circulation prévues par mon employeur.
- 

### Protection individuelle

- Mon employeur met à disposition des équipements tels qu'un gilet haute visibilité par exemple, dans les zones dangereuses.
- Je porte les EPI à disposition si besoin.

**Mesures complémentaires :  
formation, information**

- Mon employeur signale les voies de circulation (marquage au sol, cônes, rubalise) et diffuse un plan de circulation.
- Je n'utilise pas de téléphone, montre connectée ou tablette lorsque je me déplace dans l'entreprise.
- J'utilise et je respecte les cheminements prévus pour les piétons (sens de circulation...).
- Je respecte les règles de circulation avec mon véhicule (vitesse, signalisation...).
- En tant que piéton, je m'assure que le conducteur d'un véhicule à proximité m'a repéré par un signe ou un regard.

**Pour en savoir plus**

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « circulation interne » ou « déplacement » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## Risques routiers en mission



Du fait de leur activité professionnelle, certains salariés passent une partie de la journée au volant d'un véhicule dans le cadre d'une mission qu'ils effectuent pour leur entreprise. Celle-ci peut nécessiter l'utilisation d'une voiture particulière, d'un véhicule utilitaire léger (VUL), d'un deux-roues... Ces salariés sont exposés à un risque important d'accident sur la route. Au-delà de ce risque prépondérant, ils sont exposés également à des risques physiques (vibrations, bruit), à des contraintes posturales, parfois à des expositions à des produits chimiques et à des risques psychosociaux qui doivent être pris en compte (voir fiches correspondantes).

Les déplacements routiers peuvent être quotidiens, pour aller chez un client, chercher/déposer le courrier, des fournitures, se déplacer entre différents sites d'intervention... Pour se rendre à leur travail, les salariés sont aussi soumis à ce risque, qui peut donner lieu à des accidents de trajet qui ne sont pas traités ici.

*Un agent d'assurances doit se rendre chez des prospects pour leur proposer ses services. Pour atteindre les objectifs assignés, il organise de longues journées de travail et parcourt de nombreux kilomètres chaque jour avec son véhicule professionnel. Un soir, en rentrant chez lui après une longue journée, il s'endort au volant. Sa voiture percute un muret à pleine vitesse. Il décède des suites de ses blessures.*

*Un conseiller en immobilier prospecte un nouveau secteur afin d'obtenir de nouveaux mandats. Alors qu'il téléphone sur un terre-plein, il fait tomber ses prospectus. En voulant les ramasser, il se déporte et est heurté de plein fouet par une voiture. Il décède sur le coup.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

<b>Dangers</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Véhicules en mouvement.</li> <li>• Charge stockée dans le véhicule.</li> </ul>
<b>Situations dangereuses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conduire un véhicule.</li> <li>• Conduire un véhicule surchargé ou avec une charge mal équilibrée ou mal arrimée.</li> <li>• Charger ou décharger un véhicule sur une voie de circulation.</li> <li>• Conduire un véhicule mal entretenu (freins, suspensions, feux de signalisation...).</li> <li>• Être en retard sur son planning (stress dû aux délais).</li> <li>• Conduire pendant une longue période et/ou souvent.</li> <li>• Conduire dans des conditions météorologiques dégradées (pluie, brouillard, verglas...).</li> <li>• Conduire dans des conditions qui peuvent augmenter les risques d'accident : vitesse élevée, sous-estimation des risques, conduite en état de fatigue, en téléphonant, sous les effets de l'alcool, de médicaments ou de stupéfiants...</li> </ul>
<b>Événements dangereux</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perte de contrôle du véhicule (évitement d'un obstacle, freinage d'urgence, endormissement au volant, sortie de route, perte d'adhérence du véhicule...).</li> <li>• Déplacements des charges transportées mal arrimées.</li> </ul>
<b>Atteintes à la santé potentielles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contusions.</li> <li>• Fractures.</li> <li>• Plaies et traumatismes divers.</li> <li>• Décès.</li> </ul>

## Propositions de mesures de prévention

<b>Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur organise et optimise les déplacements (réduire le nombre des déplacements, optimiser les trajets pour limiter les durées de déplacement).</li> <li>• Mon employeur assure l'entretien et le renouvellement régulier des véhicules (préventif et curatif).</li> <li>• Je prépare mes déplacements de façon à les optimiser : bien préparer tout le matériel nécessaire.</li> <li>• Je privilégie les grands axes (autoroutes) par rapport au réseau secondaire.</li> <li>• J'équilibre les charges lors du chargement du véhicule et j'utilise les moyens d'arrimage adaptés aux charges.</li> </ul>
<b>Protection collective</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur choisit des véhicules équipés d'airbags.</li> <li>• Mon employeur choisit des véhicules équipés d'aides électroniques à la conduite (ABS, ESP, avertisseur de surcharge, GPS, régulateur/ limiteur de vitesse, bridage moteur...).</li> </ul>
<b>Protection individuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur met à ma disposition des équipements de sécurité : gilet haute visibilité, triangle de signalisation, éthylotest, casque et gants pour les deux-roues...</li> <li>• J'utilise les équipements de sécurité mis à ma disposition (ceinture de sécurité, gilet haute visibilité, casque, gants...).</li> </ul>

## Propositions de mesures de prévention (suite)

---

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur définit dans le règlement intérieur les règles d'usage du téléphone portable (interdiction pendant la conduite, rédaction d'un protocole de communication...).
- Je respecte le Code de la route.
- J'utilise les rétroviseurs de mon véhicule et je vérifie les angles morts.
- Je respecte la charge utile du véhicule.
- Je reste concentré sur la conduite et j'utilise mon téléphone uniquement à l'arrêt.

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « risque routier » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)
- Autre site : [www.securite-routiere.gouv.fr](http://www.securite-routiere.gouv.fr)

# Risques liés aux produits, aux émissions et aux déchets dangereux (risques chimiques)



Des produits chimiques peuvent être utilisés dans le cadre du travail de bureau, notamment pour assurer l'entretien et le nettoyage des locaux et du matériel. Ils sont utilisés sous forme solide, liquide ou gazeuse. Par ailleurs, les salariés de bureau peuvent être aussi exposés à des polluants en cas d'implantation dans un établissement industriel ou lorsque le bâtiment est à proximité d'un site industriel ou de trafic routier important. Enfin, les problématiques de qualité de l'air intérieur (QAI) dans les bâtiments tertiaires peuvent être causées par les émissions de matériaux de construction employés ou par du mobilier inadapté.

Respirer, avaler ou toucher des produits peut provoquer des irritations, des réactions allergiques, des brûlures, des intoxications ou même des maladies graves comme le cancer.

Ces manifestations peuvent apparaître dès le premier contact avec le produit, ou suite à un contact répété, de façon immédiate ou différée.

Une employée, constatant l'état déplorable de la cafetière du service, prend l'initiative de détartrer cet appareil. Elle utilise un produit détartrant dont l'étiquette possède le pictogramme « Corrosif » et les mentions de danger H318 « Provoque des lésions oculaires graves » et H315 « Provoque une irritation cutanée ». Pour s'assurer de l'efficacité du détartrage, elle utilise le produit pur. Elle se penche vers la cafetière et reçoit des projections de produit dans les yeux. Brûlée par le produit, elle est prise en charge par le sauveteur secouriste du travail de l'entreprise puis elle consulte un ophtalmologue qui détecte des lésions de l'œil qui la gêneront plusieurs jours.

Une secrétaire travaille en compagnie de trois collègues dans un ancien hôtel particulier à deux étages, accueillant dorénavant des bureaux. Ils sont installés dans des pièces exiguës, peu ventilées. Prises de malaises et de vomissements, les quatre personnes ont été transportées au centre hospitalier. Elles ont été intoxiquées par l'inhalation de monoxyde de carbone provenant d'une conduite de cheminée non tubée, devenue poreuse.

Un jeune diplômé vient d'arriver dans une agence bancaire. Comme il n'y a plus de bureau disponible, l'agence a rénové entièrement un ancien local dédié au stockage. Les travaux viennent tout juste de s'achever quand le stagiaire prend possession des lieux. Après quelques heures d'activité, il ressent des irritations respiratoires et oculaires. Un lien est établi avec les émanations provenant des nouvelles peintures et de la colle des nouvelles moquettes.

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Propriétés des produits chimiques (inflammabilité, toxicité...).
- Gaz, vapeurs (mélanges de produits).
- Fumées (par exemple, de combustion, de moteurs...).
- Liquides (produits d'entretien : détartrage, nettoyage, antigel...).
- Poussières (papier...).

### Situations dangereuses

- Utiliser/manipuler/stocker des produits chimiques.
- Utiliser des produits de nettoyage agressifs.
- Travailler dans une pièce où sont stockés des produits d'entretien ou dans une pièce empoussiérée et /ou mal ventilée.
- Travailler dans un bureau au sein d'une entreprise industrielle ou à proximité d'une source de pollution (trafic routier important, zone industrielle ou en chantier...).
- Travailler dans des locaux présentant des revêtements et du mobilier source de pollution (nature, état de dégradation...).
- Se situer à proximité d'un espace d'imprimerie ou de reprographie.

### Événements dangereux

- Inhalation de vapeurs, de gaz, de poussières, d'aérosols.
- Contact cutané avec des produits.
- Projection de produits.
- Ingestion accidentelle de produits.

### Atteintes à la santé potentielles

- Asphyxie.
- Démangeaisons, rougeurs, gerçures, conjonctivite (irritation des yeux).
- Allergies.
- Maux de tête, vertiges, sensation d'ivresse, nausées.
- Brûlures.
- Maladies du foie, des reins, du système nerveux, des poumons, du sang.
- Cancers.
- Décès.

## Propositions de mesures de prévention

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur remplace les produits dangereux par des produits pas ou moins dangereux.
- Mon employeur supprime l'usage de certains produits chimiques.

### Protection collective

- Pour les produits chimiques utilisés, mon employeur organise le stockage de manière à limiter les risques (utilisation d'armoire dédiée, ventilée et sécurisée) en respectant les règles de stockage des produits chimiques selon les fiches de données de sécurité (FDS).
- Mon employeur installe des systèmes de ventilation dans les espaces le nécessitant.
- Mon employeur entretient les grilles d'apport d'air neuf et les bouches d'aération. Il réalise l'entretien des systèmes de chauffage.
- Mon employeur adapte la ventilation mécanique aux éventuels polluants émis.
- J'aère régulièrement mon bureau et les zones où des polluants sont émis.

## Propositions de mesures de prévention (suite)

### Protection individuelle

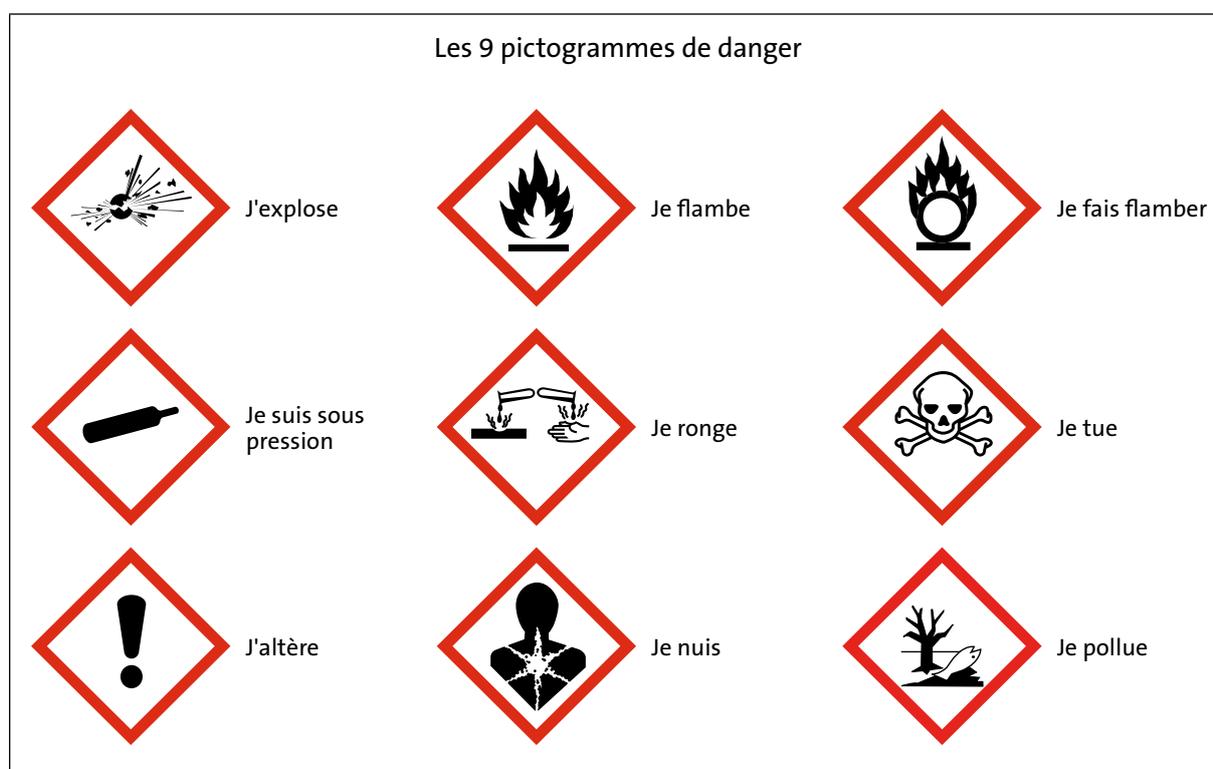
- Mon employeur met à disposition les EPI adaptés (gants, appareils de protection respiratoire (masques), lunettes, écran facial...) lors de la manipulation de produits chimiques suivant les recommandations de la FDS.
- J'utilise les EPI adaptés mis à ma disposition.

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur met en place des consignes et procédures (désinfection périodique des circuits de climatisation, d'eau chaude, ventilation des locaux...) en conformité avec les FDS des produits manipulés.
- En cas de manipulation de produits chimiques, je tiens compte des recommandations notées dans les FDS et des procédures transmises par mon employeur.

## Pour aller plus loin

- Faire une recherche avec les mots-clés « risques chimiques », « QAI » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)
- Seirich : outil pour évaluer les risques chimiques dans l'entreprise, [www.seirich.fr](http://www.seirich.fr)



# Risques liés aux agents biologiques



Les agents biologiques sont présents partout dans notre environnement, y compris au travail (locaux, véhicules, surfaces de travail, individus). Ce sont principalement des micro-organismes (bactéries, virus, moisissures...). Ces agents biologiques se propagent à partir de réservoirs environnementaux (eaux, sols, déchets, surfaces contaminées), animaux ou humains. Certains agents biologiques peuvent être à l'origine d'infections, d'allergies ou d'intoxications, voire de cancers. La transmission peut s'opérer par voie respiratoire, par voie digestive, par contact à travers la peau ou les muqueuses (yeux, nez, bouche) et par inoculation (piqûre, coupure).

*Dans une administration, un apprenti est chargé de faire un tri des archives stockées depuis plusieurs dizaines d'années dans une cave humide et mal ventilée. Les plus anciens documents présentent des traces de moisissures et l'apprenti les manipule rapidement afin de jeter une partie et de scanner les archives à conserver. Des moisissures sont mises en suspension dans l'air et le salarié les respire de manière prolongée. En fin de journée, il présente des signes d'atteinte respiratoire (forte toux, gêne respiratoire et essoufflement). Il va voir le médecin qui lui prescrit un arrêt de travail.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Agents biologiques pathogènes (bactéries, virus, moisissures...) présents dans des réservoirs (surfaces, objets ou produits contaminés, déchets, réservoirs humains...).

### Situations dangereuses

- Être en contact avec des personnes infectées.
- Manipuler des objets ou des surfaces contaminées.
- Utiliser des objets piquants ou coupants.
- Séjourner dans des locaux humides mal aérés.
- Occuper des locaux sans nettoyage régulier.

## Illustrations pour une analyse par le risque (suite)

### Événements dangereux

- Inhalation de poussières ou gouttelettes contaminées.
- Contact de la peau ou des muqueuses avec des objets ou surfaces contaminés.
- Piqûre ou coupure avec des objets contaminés.
- Port des mains contaminées à la bouche, aux yeux, au nez.

### Atteintes à la santé potentielles

- Les dommages potentiels sont liés au type d'agent biologique. Leur gravité est variable (infections et allergies principalement).

## Propositions de mesures de prévention

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur supprime les éléments contaminés quand c'est possible : évacuer régulièrement les déchets...
- Mon employeur respecte les précautions et règles d'hygiène : nettoyer régulièrement le poste de travail et les parties communes (sanitaires, locaux de restauration...).
- Mon employeur identifie les locaux humides et traite les causes de cette humidité en les protégeant contre les intempéries et les infiltrations.
- Mon employeur organise le travail de façon à limiter les projections de particules biologiques potentiellement contaminantes ou les émissions de poussières (par exemple, hygiaphone, mesures de distanciation physique...).
- Mon employeur suit et fait respecter les consignes gouvernementales en matière de santé publique (lors d'épidémies saisonnières, de pandémie...).

### Protection collective

- Mon employeur assure une ventilation correcte des locaux et entretient régulièrement les installations (par exemple, climatiseurs, circuits de ventilation, grilles d'entrée d'air, bouches d'aspiration...).

### Protection individuelle et mesures d'hygiène

- Mon employeur met à ma disposition les EPI adaptés : gants, appareils de protection respiratoire (masques) en présence de poussières ou d'aérosols, écran facial...
- Mon employeur met à ma disposition des moyens permettant de respecter les mesures d'hygiène (vestiaires, sanitaires, points d'eau, savon, gel hydroalcoolique...).
- Je porte les EPI adaptés si besoin.
- Je respecte les mesures d'hygiène.

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur forme les salariés aux risques biologiques et aux mesures de prévention adaptées (hygiène, protection collective et individuelle).
- Mon employeur informe et rappelle régulièrement les règles d'hygiène aux salariés.

## Pour en savoir plus

- Faire une recherche avec les mots-clés « risques biologiques » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## Risques liés aux chutes d'objets



Ce sont des risques d'accidents qui sont liés à la chute d'objets provenant d'un stockage, d'une armoire, d'un étage supérieur... Des salariés peuvent être amenés à travailler sur plusieurs niveaux et peuvent se trouver en contrebas d'autres intervenants, ou au contraire se trouver au-dessus. Dans le cadre d'une intervention en hauteur à caractère provisoire, le risque de chute d'objets est renforcé.

*Un assistant administratif est chargé de retrouver dans le local d'archives des dossiers non numérisés. Le local est encombré et ancien, les allées de circulation étroites et mal éclairées. Lorsqu'il a enfin retrouvé la localisation des documents, il se déplace à proximité de l'allée concernée. En voulant récupérer la boîte d'archives, le support de l'étagère casse et entraîne l'ensemble du contenu dans sa chute. L'assistant reçoit l'étagère dans le bras, ce qui provoque une fracture et un arrêt de travail d'un mois.*

*Un chargé de communication prépare avec l'équipe marketing son stand au sein d'un salon professionnel. L'espace est exigu et les autres exposants s'affairent aussi afin d'être prêts pour l'ouverture du salon. L'employé utilise un tabouret afin d'accéder aux étagères en hauteur. Il empile les objets encombrants sur la dernière étagère. Un collègue est chargé d'accrocher les posters publicitaires. C'est à ce moment qu'un des cartons chute de la dernière étagère blessant le collègue au visage. Il présente une plaie au front qui saigne abondamment. Il manque la première journée du salon pour se rendre aux urgences et soigner sa blessure.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

---

<b>Dangers</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Objets stockés ou utilisés en hauteur.</li><li>• Objets empilés sur de grandes hauteurs.</li></ul>
<b>Situations dangereuses</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Effectuer des travaux simultanément à des hauteurs ou des étages différents.</li><li>• Être sous du matériel empilé sur une grande hauteur (surcharge et/ou instabilité des structures).</li></ul>
<b>Événements dangereux</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Heurt d'une pile de dossiers instable.</li><li>• Heurt d'un mobilier instable.</li><li>• Chute d'un outil, d'un objet (boîtes d'archives...).</li><li>• Chute de matériel stocké, basculement de charge.</li></ul>
<b>Atteintes à la santé potentielles</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Contusions.</li><li>• Plaies.</li><li>• Fractures.</li><li>• Traumatismes.</li></ul>

## Propositions de mesures de prévention

---

<b>Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mon employeur organise le rangement (plan de rangement, étagères stables et adaptées en nombre suffisant, charge maximale...).</li><li>• Mon employeur met en place des structures de rangement résistantes et en assure la vérification régulière (étagères de stockage adaptées pour les zones d'archivage...).</li><li>• Je stocke les produits et matériels sur une surface stabilisée.</li><li>• Je m'assure visuellement de la stabilité des structures de stockage afin qu'elles supportent les charges en présence et celles prévues.</li><li>• Je veille à éviter les travaux simultanément sur plusieurs niveaux.</li></ul>
<b>Protection collective</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Je range les outillages dans des caisses à outils, les fournitures à l'endroit prévu à cet effet...</li><li>• Je positionne les éléments les plus utilisés à une hauteur accessible.</li><li>• Je ne place pas les éléments les plus lourds en hauteur.</li></ul>
<b>Mesures complémentaires : formation, information</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mon employeur forme les salariés aux risques de chutes d'objets et aux mesures de prévention adaptées.</li><li>• Je signale les zones de travaux en hauteur ou comportant des structures en hauteur.</li></ul>

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « chutes d'objets » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## Risques d'incendie, d'explosion



Les risques d'incendie ou d'explosion sont présents dans toutes les entreprises. Les conséquences de ces accidents peuvent être graves, tant pour les salariés (brûlures, intoxication par les fumées...) que pour les installations ou l'environnement de l'entreprise.

*Un archiviste se rend régulièrement dans le local à archives déposer des documents. De nombreux collègues déposent aussi des documents sans rangement particulier. La pièce est très encombrée et comporte aussi des affaires personnelles, des matériels informatiques non utilisés branchés aux prises. Le local n'est jamais nettoyé. Les étagères débordent et les documents atteignent le plafond. Le local est ancien et les installations électriques ne sont plus vérifiées depuis plusieurs années. Ce jour-là, l'archiviste se rend dans le local. Il allume la lumière et un court-circuit électrique se produit au niveau du disjoncteur. Des poussières s'enflamment et le feu se propage aux documents situés à proximité. L'archiviste a le temps de sortir et de donner l'alerte mais souffre de brûlures aux jambes. Le local brûle entièrement avant l'intervention des pompiers.*

*Un agent administratif d'une entreprise de services informatiques est en télétravail à domicile. Il vit dans un studio au dernier étage d'un immeuble ancien. De nombreux équipements personnels de cuisine et de chauffage sont branchés sur des multiprises. Le matériel professionnel informatique et de téléphonie est aussi branché. L'installation électrique est ancienne et n'a pas été remise aux normes. La pièce est exigüe et encombrée d'affaires personnelles. Au cours de la matinée, un court-circuit a lieu lors de l'usage d'une bouilloire. Des documents placés à proximité prennent feu et l'incendie se propage rapidement à l'ensemble de la pièce. Le salarié peut quitter la pièce et appeler les secours mais l'ensemble de l'étage de l'immeuble sera détruit par l'incendie.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

<b>Dangers</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Produits combustibles ou inflammables.</li> <li>• Fumées toxiques produites par un incendie.</li> </ul>
<b>Situations dangereuses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manipuler des produits combustibles : tissus, cartons, alcools, solvants...</li> </ul>
<b>Événements dangereux</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Présence d'une flamme ou d'un point chaud (émission d'étincelles, allumage d'une flamme nue...).</li> <li>• Émanation de vapeurs ou gaz inflammables.</li> <li>• Chauffage d'un liquide combustible.</li> </ul>
<b>Atteintes à la santé potentielles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asphyxie ou intoxication liée aux fumées.</li> <li>• Blessures (projectiles, onde de choc...) et brûlures thermiques graves.</li> <li>• Décès.</li> </ul>

## Propositions de mesures de prévention

<b>Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur implante les locaux pour limiter la propagation de l'incendie (séparation des locaux à risque, compartimentage et cloisonnement, accessibilité pour l'évacuation et l'intervention des secours...).</li> <li>• Mon employeur fait vérifier périodiquement les installations (équipements électriques et équipements fonctionnant au gaz).</li> <li>• Mon employeur organise les interventions des entreprises extérieures (permis de feu).</li> <li>• Je nettoie et range fréquemment les locaux.</li> <li>• J'évite de stocker des produits inflammables en zone de travail.</li> </ul>
<b>Protection collective</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur choisit des matériaux de construction limitant la propagation de l'incendie (comportement au feu, stabilité de la structure, réduction de l'émission de gaz et de fumées dangereux).</li> <li>• Mon employeur met en place des dispositifs de désenfumage.</li> </ul>
<b>Mesures complémentaires : formation, information</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon employeur met à disposition des salariés des plans d'évacuation et informe le personnel de la conduite à tenir en cas d'incendie.</li> <li>• Mon employeur organise des exercices d'évacuation de manière périodique.</li> <li>• Mon employeur forme le plus largement possible le personnel à la manipulation des équipements d'intervention et à la conduite à tenir en cas d'incendie.</li> <li>• Mon employeur met en place du matériel de première intervention contre les incendies et le vérifie régulièrement : extincteurs, couvertures anti-feu, robinets d'intervention armés (RIA)...</li> <li>• Mon employeur équipe les locaux de détecteurs de fumée.</li> <li>• Je laisse dégagés les cheminements et issues de secours.</li> </ul>

## Pour en savoir plus

- Faire une recherche avec les mots-clés « incendie », « explosion » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

# Risques liés aux équipements de travail



Des phénomènes dangereux peuvent être à l'origine de blessures (écrasements, coupures, perforations...) par l'action mécanique d'éléments de machines, d'outils, de pièces, de charges, de projections de matériaux solides ou de fluides. Cependant, les équipements de travail présentent de nombreux autres risques, tels que ceux liés aux énergies, aux températures extrêmes, aux rayonnements, au bruit, aux émissions de substances dangereuses, aux vibrations et à une mauvaise prise en compte des principes ergonomiques. Dans les situations de travail de bureau, il s'agit des risques liés à l'utilisation de machines et outils (massicot, cutter, chariot...).

*Une employée doit réaliser de toute urgence la copie et la reliure d'un rapport en 200 exemplaires pour un envoi postal le soir même. La photocopieuse tourne à plein régime. Il reste la moitié des rapports à imprimer lorsqu'un bourrage de papier se produit. L'employée ouvre le capot de la photocopieuse et cherche la cause de ce bourrage. En touchant un rouleau très chaud, elle se brûle les doigts.*

*Lors d'une réaffectation de bureau, le directeur de l'agence bancaire a retrouvé une ancienne agrafeuse automatique capable d'agrafer des documents de 300 pages. Il assemble les différentes pièces de l'équipement et se propose de la tester immédiatement sur un dossier comportant des pages plastifiées et cartonnées. En testant la machine, il s'enfonce dans l'index une agrafe bloquée dans les documents. Le médecin prescrit un arrêt de travail pendant trois jours. Le directeur d'agence est gêné dans son travail et son quotidien personnel pendant plusieurs semaines. À la lecture de la notice, il s'avère que l'agrafeuse ne permet pas d'assembler des documents autres que ceux en papier.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Énergies présentes au niveau de l'équipement de travail : énergie cinétique due au mouvement et à l'inertie, énergie potentielle générée par la masse de l'équipement et des charges qu'il supporte ou par un gaz ou un liquide maintenu sous pression, énergie magnétique, électrique, chaleur...
- Surfaces ou formes agressives, saillantes, rugueuses...
- Lame tranchante d'un cutter.

### Situations dangereuses

- Se trouver à proximité d'un élément en mouvement ou susceptible de se mettre en mouvement : photocopieuse, massicot, agrafeuse...
- Intervenir à proximité d'un élément comportant une surface ou une forme agressive : bâti de machine, bord de bureau, tiroir ouvert...
- Se trouver au voisinage d'une source de chaleur : photocopieuse, plastifieuse...
- Déballer des cartons à l'aide de couteaux, cutters ou ciseaux non adaptés.

### Événements dangereux

- Happement, coincement, frottement, choc, contact avec un élément de la machine...
- Contact avec une pièce présentant des surfaces ou formes agressives, avec un élément tranchant...
- Contact avec un élément porté à haute température.

### Atteintes à la santé potentielles

- Lésion.
- Écrasement.
- Brûlure.
- Coupure.

## Propositions de mesures de prévention

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur organise le travail pour limiter les opérations sur des machines dangereuses : remplacement de machines anciennes par des machines plus récentes équipées de dispositifs de sécurité.
- Mon employeur assure régulièrement l'entretien des machines, des installations et des outils.
- Mon employeur définit le lieu et les conditions les plus adaptés pour les tâches irrégulières (déballage de cartons, changement de rouleaux de photocopieur...).
- Je respecte la notice du fabricant lors de l'entretien courant des machines et de leur nettoyage.
- Je privilégie les travaux avec des machines et outils sécurisés : machine avec carter de protection, lame rétractable, emballage avec bande d'arrachage...
- J'utilise du matériel ou un outil adapté, en bon état, dans les limites de mes capacités.
- Je n'utilise pas une machine ou un matériel défectueux et je signale à mon employeur les machines ou matériels défectueux pour réparation.

### Protection collective

- Mon employeur s'assure qu'il existe des protections pour éviter l'accès aux parties saillantes, chaudes ou en mouvement : carters ou plexiglas de protection... À défaut, il met en place les protections adéquates.
- Je protège les parties tranchantes des outils après utilisation.

## Propositions de mesures de prévention (suite)

---

### Protection individuelle

- Si nécessaire, je porte des équipements de protection individuelle adaptés (gants de manutention ou anticoupures, par exemple).
- 

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur forme le personnel à l'utilisation des machines et des outils.
- Mon employeur met à disposition des consignes pour l'utilisation des équipements.
- Je lis et je respecte les prescriptions d'utilisation de la machine ou de l'outil.

## Pour en savoir plus

---

- Faire une recherche avec les mots-clés « équipement de travail », « machines » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## Risques liés à l'électricité



Ce sont des risques d'accident (électrisation, électrocution) consécutifs à un contact avec une pièce nue sous tension ou une partie conductrice de l'installation mise accidentellement sous tension ou à la création d'un arc électrique (brûlure) consécutif à un court-circuit. Ces risques sont présents dans toutes les entreprises lors de l'utilisation d'équipements alimentés électriquement. L'effet de surprise provoqué par un contact électrique peut aussi avoir des conséquences inattendues telles que des mouvements brusques ou des pertes d'équilibre entraînant des chutes ou des heurts.

*Un commercial doit présenter les produits de l'entreprise à un client. Il prend le vidéoprojecteur et une ancienne rallonge détériorée dans le stock avant de partir et se rend sur les lieux de la présentation. En branchant les appareils, il touche le fil partiellement dénudé de la rallonge. Le courant électrique traverse son doigt et lui provoque une brûlure partielle. Il annule sa présentation et va consulter un médecin.*

*Un agent administratif d'une entreprise de services informatiques est à son poste de travail. C'est l'hiver et le niveau de luminosité baisse. Il allume à l'interrupteur sa lampe de bureau. Celle-ci ne s'allume pas. Il se lève et se rend compte que le câble est débranché. Il constate que la prise la plus proche à disposition est sortie de son logement. Le bureau est très peu équipé de prises électriques. L'agent administratif rebranche la lampe à la prise murale et s'électrise.*

## Illustrations pour une analyse par le risque

### Dangers

- Présence d'énergie électrique. Le danger dépend de la tension (exprimée en volt), de la nature du courant (alternatif ou continu) et de son intensité (exprimée en ampère).

### Situations dangereuses

- Rentrer, intentionnellement ou non, en contact avec une pièce nue (non isolée) sous tension. Cela peut être un fil électrique endommagé, une barre de tension dans une armoire ou tout élément conducteur.
- Être exposé aux effets d'un arc électrique (court-circuit ou déconnexion d'un circuit).
- Nettoyer un équipement sous tension.
- Utiliser des rallonges électriques ou des multiprises « bricolées ».
- Utiliser des équipements électroportatifs endommagés ou du matériel défaillant.

### Événements dangereux

- Contact entre conducteurs, arc électrique.
- Contact direct d'un salarié avec un élément conducteur sous tension.
- Contact indirect d'un salarié avec une masse métallique accidentellement sous tension (par exemple, après un défaut d'isolement).
- Choc électrique (avec effet de surprise).

### Atteintes à la santé potentielles

- Décès par électrocution, fibrillation cardiaque, brûlures, tétanisation des muscles, projection d'étincelles qui brûlent la peau et les yeux...
- L'électrisation peut entraîner d'autres dommages comme la chute du salarié.

## Propositions de mesures de prévention

### Suppression du danger ou réduction de l'exposition au danger

- Mon employeur s'assure de la conformité des installations et notamment de la présence d'une protection différentielle haute sensibilité et d'une liaison équipotentielle raccordée à la terre.
- Mon employeur s'assure que les installations et le matériel sont maintenus en état de conformité.
- Mon employeur s'assure de la vérification périodique des installations électriques par une personne compétente ou un organisme accrédité.
- J'éteins les équipements avant d'intervenir (nettoyage, changement d'accessoires...).
- Je n'utilise pas et je mets au rebut systématiquement les matériels défectueux.

### Protection collective

- Mon employeur s'assure que les installations électriques directement accessibles aux employés ne donnent pas accès à des pièces nues sous tension (indice de protection des matériels adaptés, verrouillage des locaux et armoires électriques...).
- Je maintiens en place les couvercles et portes des armoires, coffrets et boîtiers électriques (verrouillés à clé).

### Mesures complémentaires : formation, information

- Mon employeur sensibilise les salariés aux risques électriques.
- Les locaux et emplacements à risque particulier de choc électrique sont signalés (coffrets, tableau général basse tension, locaux particuliers...).

## Pour en savoir plus

- Faire une recherche avec le mot-clé « électrique » sur le site de l'INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

# Supports d'observation



© F. Dimier/INRS/2018



© F. Dimier/INRS/2018



© G.J. Plisson/INRS/2022

L'objectif de cette partie du document est de guider l'élève dans le repérage et l'analyse de situations où les personnes sont exposées à des dangers.

Un premier questionnaire permet de préciser dans quel type d'environnement évolue l'élève (type de l'entreprise, comment la prévention des risques y est abordée de manière générale...). Ce questionnaire peut être utilisé systématiquement.

Puis, l'élève choisit, avec son tuteur, une situation de travail à analyser. Cette situation doit correspondre à une activité représentative du travail exercé dans le cadre du métier de l'élève.

L'élève, en accord avec son tuteur, choisit un ou plusieurs questionnaires correspondant à l'activité choisie. À titre d'exemple, pour le poste d'assistant facturation, la situation de travail « saisir des factures » correspond à plusieurs questionnaires, tels que :

- charge physique de travail,
- ambiances physiques de travail,
- risques psychosociaux.

L'élève et le tuteur peuvent choisir de traiter les trois questionnaires, donnés à titre d'exemple, ou bien se focaliser sur l'un ou l'autre pour approfondir une thématique particulière.

La réponse aux questions fait apparaître un certain nombre de risques présents dans l'activité de travail observée. L'un de ces risques ou plusieurs d'entre eux (voire tous) seront analysés à l'aide du tableau d'analyse qui clôt cette brochure. Ce tableau permettra de caractériser les situations dangereuses, les atteintes à la santé potentielles ainsi que de proposer des mesures de prévention permettant d'éliminer le danger ou, à défaut,

de protéger collectivement ou individuellement les personnes exposées. Des mesures complémentaires peuvent enrichir les préconisations (formation, information...).

Dans la suite de ce document, vous trouverez des questionnaires balayant la plupart des risques représentatifs du travail de bureau, où il vous est possible de puiser afin de traiter la ou les situations de travail choisies. Voici la liste des questionnaires proposés :

- chutes (hauteur, plain-pied et chute d'objets), circulation interne, collisions et risques routiers,
- charge physique de travail,
- travail sur écran,
- équipements de travail et électricité,
- risques psychosociaux,
- ambiances physiques de travail : bruit, éclairage et ambiances thermiques,
- agents chimiques et biologiques, déchets, incendie et explosion.

Ce travail pourra être présenté dans le cadre de l'évaluation de PSE.

## Questionnaire entreprise

Nom : .....

Établissement (lycée, CFA) : .....

Classe : .....

Professeur référent : .....

Entreprise : .....

Activité de l'entreprise : .....

Nom du tuteur : .....

Fonction du tuteur dans l'entreprise : .....

	Oui	Non	Justification – Commentaire
<b>L'entreprise qui vous accueille est une :</b> • TPE ? • PME ? • Entreprise de taille intermédiaire/grande entreprise ?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>Nombre de salariés :</b> TPE : 1 à 9 PME : 10 à 250 Autres entreprises : > 250
<b>– Quelle est l'activité principale de l'entreprise ?</b> – Son activité secondaire ? – Quelle est la répartition des unités de travail ? <i>Un plan de l'entreprise peut être annexé.</i>			→ → →
<b>Une personne est-elle en particulier chargée de l'accueil des nouveaux arrivants ?</b> – Si oui, quelle est sa fonction ?  <b>Existe-t-il un livret d'accueil à disposition ?</b>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	→
<b>Avez-vous reçu des consignes relatives à l'évacuation du bâtiment en cas d'incendie (point de rassemblement...) ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<b>Les salariés disposent-ils d'un vestiaire et de sanitaires ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<b>Sur ce site, vous est-il facile de vous repérer (les locaux, la fonction et le rôle des autres salariés...) ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<b>Une personne s'occupe-t-elle de la prévention ?</b> – Le chef d'entreprise ? – Un responsable sécurité ? – Des représentants du personnel ? – Une autre personne ? Quelle est sa fonction ?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	→
<b>Dans l'entreprise, y a-t-il eu des incidents et accidents ?</b> – Si oui, citez-en quelques-uns.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	→
<b>Les salariés travaillent-ils parfois en télétravail ?</b> – Si oui, est-ce que les conditions dans lesquelles les salariés travaillent hors de l'entreprise sont adaptées (consignes de travail, charge de travail, partage des tâches, modalités d'échanges...) ? – Un accord ou une charte encadre-t-il le télétravail ?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

## Questionnaire « Chutes (hauteur, plain-pied et chute d'objets), circulation interne, collisions et risques routiers »

	Réponse – Justification – Commentaire
Est-ce que les escaliers sont sécurisés (rampe, garde-corps si nécessaire, nez de marche avec bande fluorescente) ?	
Les escaliers sont-ils maintenus dégagés de matériels stockés ?	
Est-ce que les travaux qui sont effectués en hauteur pourraient être effectués au sol (trier des classeurs sur un bureau plutôt que de le faire depuis un escabeau...) ?	
Est-ce que le port des chaussures de sécurité et/ou à semelle antidérapante est recommandé ou obligatoire dans les zones à risque de l'entreprise ?	
L'aménagement des zones de travail et de circulation permet-il de limiter les risques de chutes et de collision ?	
Le sol est-il maintenu en bon état et nettoyé régulièrement ?	
Les zones à risque sont-elles balisées ?	
Y a-t-il des endroits où des objets sont stockés ou utilisés en hauteur et risquent de tomber sur un salarié ?	
Les stockages en hauteur respectent-ils les règles de stabilité (structure solide, protégée des chocs, stockage des objets lourds en bas, pas d'empilement d'objets trop importants...) ?	
Si vous travaillez dans une entreprise où circulent des engins ou véhicules, est-ce qu'il existe des zones bien délimitées, séparées et repérées pour la circulation des piétons, engins, véhicules ?	
Est-ce que les charges transportées dans les véhicules sont bien arrimées ?	
Des mesures de prévention adaptées sont-elles mises en place pour permettre les déplacements en toute sécurité ?	
Est-ce que le travail est organisé de façon à éviter les déplacements inutiles, aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'entreprise ?	
Est-ce que les itinéraires routiers sont bien préparés avant de prendre la route ? Par qui ? Les rendez-vous sont-ils optimisés ?	
Est-ce que des véhicules adaptés et entretenus sont mis à disposition des salariés se déplaçant ?	
Est-ce que des consignes sont données pour que les conducteurs respectent les règles de conduite en sécurité (vitesse adaptée, port de la ceinture de sécurité, pas de téléphone au volant, pas d'usage de substances psychoactives comme l'alcool ou la drogue...) ?	

## Questionnaire « Charge physique de travail »

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>L'activité de l'entreprise requiert-elle des manutentions de charges</b> (des objets à soulever, à transporter, du tirer-pousser) ? <b>Pour quels postes/métiers/activités ?</b>	
<b>Les activités de l'entreprise exigent-elles l'adoption de postures contraignantes</b> (se baisser, se pencher en avant, lever les bras au-dessus des épaules) ?	
<b>L'activité requiert-elle des gestes répétitifs, des tâches dont le rythme est imposé par un autre collègue, un flux ?</b> <b>À quelle fréquence ? Quelle est la nature des charges manipulées</b> (poids, facilité de prise...) ?	
<b>Les activités de manutention manuelle sont-elles réalisées seul ou en binôme ?</b>	
<b>Pour les activités de manutention, existe-t-il des équipements d'aide à la manutention à disposition</b> (transpalette à haute levée, chariot à roulettes, diable...) ?	
<b>Les salariés sont-ils formés</b> (formation Prap) ?	

## Questionnaire « Travail sur écran »

	Réponse – Justification – Commentaire
<p>Les postes de travail sont-ils des bureaux individuels ? Des bureaux partagés de type open-space ou flex-office ? Des espaces de coworking ?</p>	
<p>Pour le travail sur écran, la disposition du poste entraîne-t-elle une fatigue visuelle par défaut d'éclairage ou des zones éblouissantes ?</p>	
<p>Quelle est la disposition des bureaux ? Face aux fenêtres ? Perpendiculaire aux fenêtres ? Disposition aléatoire ?</p>	
<p>Les équipements et le mobilier sont-ils adaptés et ajustables (bureaux à hauteur variable, chaise réglable, équipements et outils informatiques adaptés aux besoins des salariés) ?</p>	
<p>Les outils informatiques (écran(s), clavier, souris...) et de téléphonie sont-ils adaptés au télétravail ?</p>	
<p>Les logiciels sont-ils adaptés aux tâches réalisées ?</p>	
<p>Des mesures pour prévenir les risques liés au travail sur écran sont-elles en place ?</p>	
<p>L'aménagement du poste de travail des salariés amenés à travailler sur plusieurs écrans simultanément est-il adapté ?</p>	
<p>Des moyens existent-ils pour alterner les postures au cours de la journée (plan de travail réglable en hauteur, siège assis/debout, mesures organisationnelles...) ?</p>	
<p>La taille et le nombre d'écrans sont-ils adaptés à l'activité ?</p>	
<p>Les télétravailleurs sont-ils sensibilisés à l'aménagement de leur espace de travail à domicile ?</p>	

## Questionnaire « Équipements de travail et électricité »

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>L'équipement de travail utilisé présente-t-il des risques apparents</b> (protection démontée, câble d'alimentation entaillé, interrupteur sorti de son logement...) ?	
<b>Le risque de coupure lors du déballage</b> (cartons, enveloppes...) <b>a-t-il été pris en compte ?</b>	
<b>Des outils adaptés sont-ils disponibles</b> (suppression des cutters, mise en place de couteaux de sécurité spécial emballage, outils avec lame protégée...) ?	
<b>Un espace dédié pour le déballage des colis est-il organisé ?</b>	
<b>L'entretien et la maintenance des équipements sont-ils organisés ?</b>	

## Questionnaire « Risques psychosociaux »

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>INTENSITÉ ET COMPLEXITÉ DU TRAVAIL</b>	
Les salariés sont-ils soumis à des contraintes de rythme élevé ?	
Les objectifs des salariés sont-ils clairement définis ?	
Les objectifs fixés sont-ils compatibles avec les moyens et responsabilités alloués aux salariés ?	
Les salariés reçoivent-ils des instructions, des ordres ou demandes qui peuvent être contradictoires ?	
Les salariés sont-ils amenés à changer de tâches, de postes ou de fonctions à l'improviste pour répondre aux contraintes du moment ?	
Les salariés sont-ils fréquemment interrompus au cours de leur travail par des tâches non prévues ?	
Les salariés exercent-ils des activités qui nécessitent une attention soutenue ou une vigilance permanente ?	
<b>HORAIRES DE TRAVAIL DIFFICILES</b>	
Arrive-t-il que des salariés travaillent plus de 45 heures par semaine ?	
Les salariés sont-ils soumis à des horaires de nuit, alternants ou décalés ?	
Les salariés sont-ils contactés en dehors des horaires de travail pour des raisons professionnelles ?	
Les salariés connaissent-ils suffisamment à l'avance leurs horaires de travail ou les changements éventuels de leur planning de travail ?	
L'entreprise permet-elle aux salariés de concilier vie professionnelle et vie personnelle ?	
<b>EXIGENCES ÉMOTIONNELLES</b>	
L'organisation du travail (politique marketing, ressources mises à disposition...) <b>gène-t-elle des situations de tension avec le public</b> (clients, usagers...) ?	
Les salariés ont-ils les moyens d'agir efficacement face à la souffrance, à la détresse ou aux difficultés des personnes qu'ils ont à prendre en charge (clients, usagers...) ?	
Dans leur travail, les salariés doivent-ils faire bonne figure en toutes circonstances ?	

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>FAIBLE AUTONOMIE AU TRAVAIL</b>	
Les salariés ont-ils des marges de manœuvre dans la manière de réaliser leur travail dès lors que les objectifs sont atteints ?	
Les salariés peuvent-ils interrompre momentanément leur travail quand ils en ressentent le besoin ?	
Les salariés peuvent-ils utiliser leurs compétences professionnelles et en développer de nouvelles ?	
<b>RAPPORTS SOCIAUX AU TRAVAIL DÉGRADÉS</b>	
Existe-t-il des possibilités d'entraide entre les salariés, par exemple en cas de surcharge de travail ou de travail délicat ou compliqué ?	
Les salariés reçoivent-ils un soutien de la part de l'encadrement ?	
Existe-t-il entre les salariés des causes de désaccord ayant pour origine l'organisation du travail (flou sur le rôle de chacun, inégalité de traitement...)?	
Les salariés reçoivent-ils des marques de reconnaissance de leur travail de la part de l'entreprise ?	
<b>CONFLITS DE VALEURS</b>	
Les salariés considèrent-ils qu'ils font un travail de qualité ?	
Les salariés estiment-ils en général que leur travail est reconnu comme utile ?	
<b>INSÉCURITÉ DE L'EMPLOI ET DU TRAVAIL</b>	
Les salariés sont-ils confrontés à des incertitudes quant au maintien de leur activité dans les prochains mois ?	
Les changements sont-ils suffisamment anticipés, accompagnés, et clairement expliqués aux salariés ?	

## Questionnaire « Ambiances physiques de travail »

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>BRUIT</b>	
Des mesures ont-elles été prises pour maîtriser le niveau sonore dans les bureaux ?	
Les activités et sources de bruit sont-elles identifiées (espaces de circulation, de convivialité, de reprographie, d'accueil du public...) ?	
Des équipements silencieux sont-ils mis à disposition (ventilation, ordinateurs, imprimantes) ?	
Des espaces partagés et séparés sont-ils mis à disposition pour le travail de groupe ?	
Les espaces de travail sont-ils séparés des sources potentielles de bruit ?	
Les locaux de repos sont-ils séparés des zones bruyantes ?	
Des casques téléphoniques confortables équipés de limiteurs de niveau sonore et dotés de micros et oreillettes réglables sont-ils mis à disposition ?	
Des règles partagées sur les échanges collectifs sont-elles établies et appliquées ?	
Les locaux sont-ils traités acoustiquement (plafond, parois) ?	
<b>AMBIANCES LUMINEUSES</b>	
Les locaux de travail sont-ils éclairés par la lumière naturelle ?	
Existe-t-il des dispositifs d'éclairage d'appoint à disposition des salariés aux postes de travail ?	
Est-il possible de moduler l'intensité lumineuse pour les besoins de l'activité ?	
Des stores ou pare-soleils équipent-ils les fenêtres ?	
Les accès au sous-sol et aux zones de passage sont-ils suffisamment éclairés ?	
L'éclairage est-il adapté à la tâche ? au salarié ?	
Aux postes de travail et dans les zones de circulation, existe-t-il des zones éblouissantes ? des zones de réflexion dans le champ de vision des salariés ?	

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>AMBIANCES THERMIQUES</b>	
<p><b>Les températures aux postes de travail sont-elles adaptées aux activités ?</b>  <i>À titre d'exemple, la température de confort est de 20 à 22 °C pour un travail de bureau.</i></p>	
<p><b>L'hygrométrie est-elle surveillée et régulée ?</b>  <i>À titre d'exemple, il est recommandé un taux d'humidité de 40 à 70 % dans les bureaux.</i></p>	
<p><b>Les postes de travail sont-ils installés à proximité de courants d'air ? Les températures sont-elles irrégulières dans le temps et/ou l'espace ?</b>            Si oui, existe-t-il des moyens de régulation ?</p>	
<p><b>Existe-t-il un moyen de climatisation ?</b>            Si oui :            – individuel, collectif ?            – commandé par bureau ?</p>	
<p><b>En cas de fortes chaleurs, des zones de repos rafraîchies et de l'eau fraîche sont-elles mises à disposition ?</b></p>	

## Questionnaire « Agents chimiques et biologiques, déchets, incendie et explosion »

	Réponse – Justification – Commentaire
<p><b>Dans le cadre de votre activité, êtes-vous exposé à des poussières, gaz ou vapeurs ?</b> Si oui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Quelle activité les génère ?</li> <li>– Savez-vous s'ils sont dangereux pour l'homme ?</li> <li>– Au contact d'une étincelle ou d'une source intense de chaleur, peuvent-ils provoquer un incendie ou une explosion ?</li> </ul>	
<p><b>Dans le cadre de votre activité, utilisez-vous ou êtes-vous en présence de produits chimiques ?</b> Si oui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Connaissez-vous leur nom ?</li> <li>– Savez-vous s'ils sont dangereux pour l'homme ?</li> <li>Identifiez-vous le pictogramme présent sur le contenant ?</li> <li>– Avez-vous accès à la FDS (fiche de données de sécurité : document qui précise les risques et les précautions d'utilisation d'un produit) ?</li> <li>– Les produits sont-ils stockés dans des endroits adaptés (armoire ventilée et fermée) ?</li> <li>– Devez-vous transvaser un produit d'un récipient dans un autre ?</li> </ul> <p>Si oui, est-ce que ces produits sont versés dans des contenants adaptés et comportant une étiquette précisant de quel produit il s'agit ?</p>	
<p><b>À proximité de votre poste de travail, existe-t-il des produits ou gaz inflammables (qui peuvent brûler) ?</b> Si oui :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Existe-t-il des sources de chaleur ? lesquelles ?</li> <li>– Existe-t-il des machines ou installations qui génèrent des étincelles ?</li> </ul>	
<p><b>Si vous êtes exposé au risque d'inhalation de gaz, fumées, vapeurs ou poussières, est-ce que les locaux sont correctement ventilés ?</b></p>	
<p><b>Dans votre environnement de travail, y a-t-il des objets souillés (sang, déjections animales, eaux ou boues usées, moisissures et champignons...) ?</b></p>	
<p><b>Les déchets sont-ils évacués régulièrement dans des conteneurs adaptés ?</b></p>	
<p><b>Existe-t-il un plan d'évacuation clair affiché en cas d'incendie ?</b> – A-t-il été présenté et expliqué lors de l'accueil ? – Des exercices d'évacuation sont-ils réalisés régulièrement ?</p>	
<p><b>Existe-t-il des moyens de lutte contre l'incendie (robinet d'incendie armé, dit RIA, extincteurs, dispositifs de désenfumage, portes coupe-feu, alarme incendie, détecteurs incendie) ? Sont-ils vérifiés régulièrement ?</b></p>	

	Réponse – Justification – Commentaire
<b>S'il existe des produits chimiques dangereux, y a-t-il une douche ou un rince-œil accessible ?</b>	
<b>Avez-vous été formé/sensibilisé aux risques liés aux agents chimiques/biologiques présents sur le site ?</b>	
<b>Les salariés ont-ils été formés à l'utilisation des extincteurs ?</b>	
<b>Mon employeur suit-il et fait-il appliquer les consignes gouvernementales en cas d'épidémie saisonnière ?</b>	
<b>Les équipements de lavage des mains sont-ils adaptés (points d'eau, savon, gel hydroalcoolique...) ?</b>	
<b>Les locaux à risque d'humidité sont-ils régulièrement ventilés (zone d'archives, locaux souterrains...) ?</b>	
<b>Les installations de renouvellement d'air permettent-elles d'assurer une qualité de l'air intérieur satisfaisante ?</b>	
<b>Les contrôles périodiques et l'entretien des installations de ventilation sont-ils effectués régulièrement ?</b>	



<b>ATTEINTES À LA SANTÉ</b> (Citez les conséquences possibles pour la santé du salarié ou de son entourage.)	
<b>PROPOSITIONS DE MESURES DE PRÉVENTION</b> (Quelles mesures pensez-vous qu'il est possible de mettre en œuvre pour éliminer ou diminuer le risque ?)	
Suppression du danger ou réduction de l'exposition à ce danger	
Protection collective	
Protection individuelle	
Mesures complémentaires (formation, information...)	
<b>REMARQUES COMPLÉMENTAIRES</b>	

Vous avez achevé votre analyse de situation de travail, en l'observant et en utilisant ce support dédié au repérage et à l'analyse des risques.

À partir d'un ou plusieurs risques, vous avez élaboré des propositions d'amélioration des conditions de réalisation de l'activité, en mettant en œuvre une ou plusieurs actions de prévention.

Cette méthodologie d'approche et d'analyse des situations de travail pourra être mobilisée tout au long de votre carrière professionnelle pour chaque nouveau poste occupé.



**Toutes les publications de l'INRS sont téléchargeables sur** ■

[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

**Pour commander les publications de l'INRS au format papier** ■

Les entreprises du régime général de la Sécurité sociale peuvent se procurer les publications de l'INRS à titre gratuit auprès des services prévention des Carsat/Cramif/CGSS.

Retrouvez leurs coordonnées sur [www.inrs.fr/reseau-am](http://www.inrs.fr/reseau-am)

L'INRS propose un service de commande en ligne pour les publications et affiches, payant au-delà de deux documents par commande.

Les entreprises hors régime général de la Sécurité sociale peuvent acheter directement les publications auprès de l'INRS en s'adressant au service diffusion par mail à [service.diffusion@inrs.fr](mailto:service.diffusion@inrs.fr)

« TutoPrév' Pédagogie Travail de bureau »  
fait partie d'une collection intitulée « TutoPrév' »  
qui est centrée sur une approche des risques  
professionnels par les situations de travail.  
Cette collection se décline par secteur d'activité  
ou par métier et s'appuie sur des activités réelles de travail.

« TutoPrév' Pédagogie » est destiné aux enseignants et vise à accompagner la formation des élèves qui préparent des diplômes professionnels de l'Éducation nationale en lycée professionnel ou en CFA (centre de formation d'apprentis). À vocation pédagogique, il comprend des rappels méthodologiques des principales notions de santé et de sécurité au travail, ainsi que la présentation des principaux risques du secteur d'activité ou du métier. Il comporte également un support d'observation basé sur des questionnaires. L'objectif est de guider l'élève dans le repérage des dangers liés aux situations de travail pour qu'il puisse proposer des mesures de prévention des risques professionnels.

Un outil complète « TutoPrév' Pédagogie Travail de bureau » :  
« TutoPrév' Accueil Travail de bureau » est destiné  
à l'animateur de la démarche de prévention (formateur, enseignant,  
personne chargée de l'accueil du salarié, tuteur ou chargé de prévention).  
Il permet de vérifier la capacité à observer une situation de travail,  
repérer les dangers qui y sont liés et proposer des mesures  
de prévention adaptées. Cet outil se présente sous la forme  
de plusieurs planches illustrées représentant des environnements  
de travail caractéristiques du secteur d'activité. Il est disponible aussi  
en version numérique « TutoPrév' Interactif Travail de bureau » sur le site de l'INRS.



Institut national de recherche et de sécurité  
pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles  
65, boulevard Richard-Lenoir 75011 Paris • Tél. 01 40 44 30 00 • info@inrs.fr

Édition INRS ED 4600

1<sup>re</sup> édition • janvier 2024 • 2 000 ex. • ISBN 978-2-7389-2866-5

► L'INRS est financé par la Sécurité sociale - Assurance maladie/Risques professionnels ◀

[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

YouTube

